

Dalla rieducazione motoria al fitness

Milano, Sabato 12 dicembre 2026

Passare dal recupero funzionale ad un allenamento fitness generico richiede sempre molta attenzione e competenza per non esporre a rischi inutili chi desidera proseguire l'allenamento anche dopo il termine della fase di rieducazione. Analisi degli strumenti idonei ad un trattamento ginnastico post-recupero, con lo scopo di conservare i benefici ottenuti nella rieducazione funzionale ma inserendo gradualmente un allenamento specifico per il miglioramento delle condizioni di forma generali ed eventualmente per il ritorno all'attività sportiva precedentemente praticata. Esame dei limiti e delle possibilità di un allenamento in presenza un trauma pregresso. Rivolto agli insegnanti di educazione fisica, personal trainer, istruttori e preparatori atletici.

Struttura del corso: 1 giornata.

Orari: dalle ore 10.00 alle 13.00 e dalle ore 14.00 alle 17.00.

Docente:
S.Artuso - insegnante di educazione fisica, esperto in rieducazione funzionale, personal trainer.

Programma:

- L'approccio al socio.
- Le condizioni di lavoro.
- Obiettivi primari e secondari.
- Test iniziali e intermedi.
- Il passaggio dalla rieducazione motoria al fitness.
- Lo sviluppo del lavoro rieducativo in un programma di fitness.
- Limiti e possibilità dell'allenamento in funzione della tipologia di trauma subito.

Quote di partecipazione: la quota di partecipazione allo stage è di **€ 129,00** per le iscrizioni effettuate entro il 27 novembre, dopo il termine la quota è di € 169,00**.**

La quota comprende: accesso alle lezioni teoriche e pratiche, kit congressuale, materiale didattico ed attestato di partecipazione.

Aggiungi il corso correlato: aggiungendo l'iscrizione anche al corso correlato la quota di partecipazione complessiva è di **€ 226,00** (anziché € 258,00) entro il primo termine e di € 259,00 (anziché € 338,00) per l'iscrizione effettuata dopo la scadenza.

Sconti: agli studenti di Scienze Motorie ed ai soci Fit One Club è riconosciuta una riduzione del 10%.