



LESIONES Y ABORDAJE MEDIANTE EL EJERCICIO CON MÉTODO BARRE

DURACIÓN: 3 HORAS

FECHA: SÁBADO 8 DE JUNIO

de 15 a 18 h

**MODALIDAD: VIRTUAL.
TEÓRICO/PRÁCTICO**

Todo el curso se complementa con material audiovisual, videos didácticos, PDF de lectura y manuales de grandes autores, que serán compartidos al alumno.

DONDE: VIA ZOOM.

DIRIGIDO A:

Prof. o Lic. en Educación Física, Prof. de danza, Pilates, Barre, preparadores físicos. Entrenadores, personal trainers, instructores de fitness, bailarines, deportistas, profesionales de la Salud, público en general que se considere preparado a incluir conocimientos teóricos y prácticos del tema para sí mismos o para guiar a otro.

DICTADO POR:

Lic. Cinthia Arballo

Lic. Kinesiología y Fisiatría (M.N. 11984). Esp. en postura y análisis de movimiento (ISAF, ESPAÑA). Esp. en Biomecánica. Titular de Cátedra "Prevención y Movimiento de poblaciones especiales" Universidad ISALUD. Instructora Método Barre, Pilates Mat, Yoga y Stretching Global Activo (Philippe Souhard). Esp. rehabilitación de Suelo Pélvico (Universidad EUNEIZ, España)

SE ENTREGA CERTIFICADO DE ASISTENCIA.

OBJETIVOS:

Se aprenderá a evaluar la postura y necesidades de cada alumna, sus condiciones musculoesqueléticas para poder abordarlas desde un plan de ejercicios correctivos basados en el método barre. De esta manera, optimizaremos recursos en el dictado de clases, brindando herramientas específicas para cada caso en particular. Haremos un repaso y reconocimiento de dichas lesiones. Integraremos conocimientos del instructorado ya cursado, sumado a nuevos conceptos de globalidad.

TEMAS:

- Evaluación postural y análisis correctivo basado en el método BARRE
- Movilidad vs. Fortalecimiento.
- Estrategias correctivas posturales
- Lesiones más frecuentes y evaluación de la COLUMNA VERTEBRAL
- Lesiones más frecuentes en la RODILLA
- Estabilidad articular y Sistema Propioceptivo
- Readaptación del ejercicio. Progresión.

TU INVERSIÓN

PAGO ÚNICO TRANSFERENCIA

contado \$45.900

DATOS BANCARIOS

Banco Santander

Nº de Cuenta CC en Pesos 727-008860/6

CBU 0720727520000000886068

Alias: **FIT.BARRE.OK**

Razón Social: FITBARRE SRL

CUIT/CUIL 30716920581

[Con tarjeta de crédito LINK DE PAGO](#)

3 cuotas fijas de \$18.323

6 cuotas fijas de \$9.161

-DESDE EL EXTERIOR 39,9 USD

Una vez realizado el pago enviar el comprobante por mail a fitacademy@fitbarreba.com.ar

*El pago total debe ser realizado antes de comenzar el curso. Se realiza por única vez y NO tiene reembolso.

**El curso se realiza si se completa un grupo mínimo de 10 alumnos. Caso contrario, se reintegra el dinero.

FITBARRE