

## СПЕЦИАЛЬНАЯ ОБУЧАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Одеса, Україна

«Особенности работы с плечевым поясом и шеей»  
«Раскрепощение воротниковой зоны»

Мастер-тренер: Екатерина Смирнова

10 - 11 сентября 2011 года

г. Одесса

Программа «Особенности работы с плечевым поясом и шеей»:

1. Позвоночник, шейный отдел.
2. Мышцы шеи.
3. Биомеханика шейного отдела.
4. Положение головы:
  - анатомически правильное положение, выстраивание,
  - основные виды функциональных нарушений.
5. Анатомия плечевого пояса.
6. Биомеханика плечевого пояса.
7. Положение лопаток.
8. Нарушения работы плечевых суставов.
9. Заболевания.
10. Практические рекомендации работы с плечевым поясом и шеей.

Программа «Раскрепощение воротниковой зоны»:

1. Мышечный дисбаланс и его последствия.
2. Влияние последствий гипертонуса на общее состояние человека.
3. Расслабление внутренних органов.
4. Упражнения.

!!!Регистрация и предварительная оплата до 3 сентября обязательна.

Предлагаемая информация учитывает специфику системы Пилатеса.

Курс включает в себя теоретический материал и практические рекомендации.

Данная информация поможет глубже понять анатомию позвоночника, взаимосвязь всех сегментов тела, а также эффективно решать наиболее распространенные функциональные нарушения.

Рассчитан на любой уровень подготовки инструктора. Может быть изучен как в качестве подготовительного материала к базовому курсу, так и на любом другом этапе обучения.

London. Прошла обучение у лучших педагогов мира. Международный презентер, участница Международных Форумов и конвенций Mind&Body, Россия, Англия, Франция. Фундатор Международного Университета Пилатеса.

По окончании семинара выдаются свидетельства о посещении каждой темы. В случае успешного прохождения тестирования выдается сертификат, который учитывается при получении Диплома полного курса обучения

---

Price: **240 \$**

Тип оголошення:  
Послуги, пропоную

Торг: неуместеннеуместен

**Щара Алёна**

**050-239-83-09**