

FMS (livello 2) Esercizi Correttivi Avanzati maggio 25 e 26, 2013

Descrizione del programma:

La FMS workshop di Esercizi Correttivi Avanzati (livello 2) è stato progettato per lo specialista FMS che vuole approfondire il significato del sistema. L'attenzione sarà focalizzata su come usare il sistema per raffinare ad indirizzare le vostre consigli esercizi correttivi e progressioni in modo migliore. Saranno spiegati nuove valutazioni e altri esercizi funzionali e come essi influenzano la FMS.

Concetti chiave:

Rimuovere la negativa
Prestazioni e durabilità
Correggi o alleni?
Stai mirando all'anello debole?
Impegnativo o troppo difficile?

In questo workshop si combinano lezioni di teoria, dimostrazioni e molta pratica. La parte pratica comprende tanti 'essenziali degli esercizi correttivi avanzati', come il Chop e Lift, variazioni dello Stacco da Terra e le varie tecniche di Rolling! Si imparano nuovi test valutativi ed esercizi funzionali e come questi influenzano la FMS! Parti importanti della popolare serie di DVD 'Secrets...' sono integrati nel corso.

Il compito di questo workshop è quello di:

Fornire un quadro più chiaro per l'attuazione della FMS nella vostra filosofia di allenamento.
Migliorare la capacità di utilizzare le progressioni FMS di esercizi correttivi agli esercizi funzionali e tradizionali.
Introdurre altre tecniche di valutazione che completano la FMS.
Descrivere esercizi di allenamento tradizionali e non tradizionali e come si inseriscono nel sistema FMS

Cercarci su Facebook sulla pagina Operatori della Functional Movement Screen Italia.

Prezzo

€ 525,00
(incluso manuale, pranzo
non incluso)

Prezzo studente (tempo pieno)
€ 380,00

**Prezzo combi per FMS 1 e FMS 2
(3 giorni) prezzo per iscrizione
e pagamento anticipato: € 920,00**

Dove

PARC HOTEL
Via Brolo, 2/a, 3701
Castelnuovo Del Garda
(VERONA), ITA

Durata 1,5 giorni
maggio 25 e 26, 2013

Relatore



Lee Burton
PhD, A.T.C., C.S.C.S

Iscrizione

Online
www.HumanMotion.eu

E-mail
info@humanmotion.eu

Telefono
+31 (0)20 716 27 41