

SEMINARIO ESPECIALIZACIÓN

SEMINARIO DE ESPECIALIZACIÓN EN
MIEMBRO SUPERIOR Y RELACIÓN
VERTEBRAL:

CINTURA ESCAPULAR - HOMBRO -
COLUMNA CERVICAL Y COLUMNA
TORÁCICA.

BASES DE NEUROCIENCIA PARA EL
INSTRUCTOR DE PILATES.



XTENSAL
TRAINING
IN WELLNESS

BLOQUE 1. Bases de Neurociencias para el instructor de Pilates.

¿Qué es el control motor?

¿Qué es una habilidad motora?

¿Qué es una adaptación motora?

Sistema nervioso central.

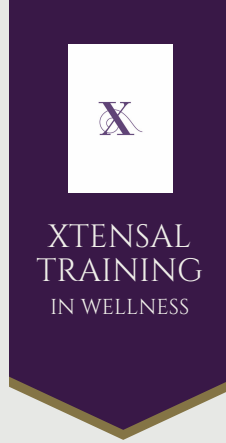
Organización funcional de la corteza cerebral: homúnculo de penfield.

Neuroplasticidad.

Coordinación.

Control postural.

Precisión neural: skill training. (foco-atención).



Bloque 2. Hombro y cintura escapular.

Anatomía funcional del hombro.

Articulaciones del hombro.

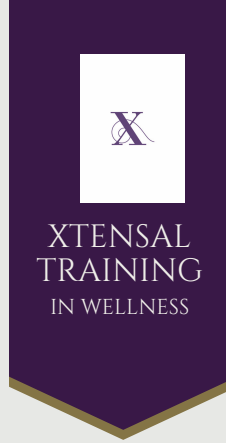
Ligamentos del hombro.

Biomecánica del hombro.

Músculos de la cintura escapular y el hombro.

Ritmo escápulo humeral y problemas cinéticos asociados de la abducción.

Alteraciones del hombro y cintura escapular.



BLOQUE 3. Columna cervical y torácica.

Anatomía funcional de la columna cervical.

Articulaciones de la columna cervical.

Biomecánica cervical.

Alteraciones de la columna cervical.

Anatomía funcional de la columna torácica.

Biomecánica de la columna torácica.

Desacondicionamiento muscular y rectificación cervical.

Alteraciones de hombro y las cervicales.

Relación entre dolor cervical y hombro.

Musculatura escapular como causante de alteración cervical.

Relación columna torácica – escápula – cervical –hombro.

DURACIÓN:

1 fin de semana (viernes tarde, sábado completo y domingo mañana).

PRECIO: 360 €

Créditos PMA

CONTACTO: info@xtensal.com