

LA CENTRATURA PSICOFISICA

OBIETTIVO: aggiornamento in Bioginnastica per fisioterapisti e massofisioterapisti

La centratura psicofisica nasce dall'integrazione consapevole di **stimoli fisici, emotivi ed energetici** che si riflettono su postura e vitalità.

Allenare la **consapevolezza attraverso il respiro**, la **gestione emozionale (Protocollo PNEI)** e la **coscienza corporea** permette all'individuo di essere parte attiva nel proprio cammino evolutivo. Il lavoro è orientato all'**equilibrio tra corpo e mente**, alla **vitalità**, all'**armonia interiore** e alla **presenza consapevole**.

AGGIORNAMENTO IN PRESENZA 2026

VENERDI' H 14.00 - 19.00

- Centratura psicofisica: esercizi posturali e bioenergetici come il corpo fisico esprime a livello energetico e psicosomatico
- Test e valutazioni posturali e bioenergetiche. SABATO

h 9.00 -13.00

Protocollo PNEI : fra corpo ed emozioni . Il corpo psicosomatico, ed effetto somatopsiche; le strategie di benessere corpo-mente.

- Lezione base per la centratura corporea e la de-amplificazione psicoemozional

SABATO H 14.30 -19.00

- Analisi posturale e valutazione della colonna vertebrale
- Psicosomatica della colonna e patologie: prevenzione e terapia
 - Patologie della colonna e scoliosi
 - Lezione base piccoli incroci 1 parte.

DOMENICA 9.00 - 16.30

- Tensegrità ed equilibrio fisico e psicofisico.
- Esercizi di tensegrità, equilibrio tridimensionale
- Approccio preventivo scoliosi, aspetti psicosomatici nella scuola e in ambito educativo e rieducativo
- Lezione base : tensegrità, equilibrio dei triangoli, piccoli incroci 2 parte
- H 17.00 test punti ECM

MATERIALI FORMATIVI 2026 nell'area riservata.

Materiale didattico: capacità condizionali e coordinative – facoltà motorie innate dell'essere umano, come svilupparle attraverso gli esercizi della metodologia Bioginnastica

Materiale didattico: "Sentire con la mente, pensare nel corpo" – neuroplasticità e riequilibrio bioenergetico. **Materiale** didattico: centratura psicofisica, training psico energetico, gestione psico emozionale. Disponibile

Costo corso aggiornamento

- **Importo:** €490 + IVA

Responsabile scientifico: Tronconi Stefania

Docenti: Bonoli Mirco e Tronconi Stefania

Date: 22–23–24 maggio 2026

Luogo: Biostudio Faenza (RA)

Via cittadini n 15/A