

FITNESS E

PAVIMENTO PELVICO

11 MAGGIO 2025 09:00-18:00



DONATELLA GIRAUDO
FISIOTERAPISTA

Docente Corso di Laurea in
Fisioterapia UniSR, Master
"Riabilitazione Perineale"
UniParma
(Pelvic Floor Dysfunction
Service San Raffaele Hospital)

SERENA MARUCCIA
MEDICO CHIRURGO

SPECIALISTA IN UROLOGIA
Urologa docente del master
Bicocca «Trattamento delle
disfunzioni pelvi-perineali»
Pelvic Unit Columbus Clinic
Center Milano

ALESSANDRO BERTOLI
FISIOTERAPISTA

Docente del master Bicocca
«Trattamento delle
disfunzioni pelvi-perineali»
Pelvic Unit Columbus Clinic
Center Milano

MILANO

Citylife Pt Studio, via Raffaello Sanzio, 4

FITNESS E PAVIMENTO PELVICO

CONTENUTI

ANATOMIA

Bacino - Pavimento pelvico - Core

PAVIMENTO PELVICO E POSTURA

Iperlordosi/bacino antiverso

Ipolordosi/bacino retroverso

Problematiche femminili

Problematiche maschili

PAVIMENTO PELVICO E SPORT:

PROGRESSIONI E FITNESS NELLE CATEGORIE A RISCHIO

Bacino antiverso-incontinenza-ipotono: esercizi posturali e in palestra

Bacino retroverso-urgenza-ipertono: esercizi posturali e in palestra

Prolasso

Incontinenza

Dolore cronico

Diàstasi

Menopausa

Dopo chirurgia

ISCRIZIONI APERTE A:

Fisioterapisti - Personal trainer

Istruttori di pilates e yoga - Preparatori atletici

COSTO DEL CORSO: 270€ iva inclusa



Inquadra il QRcode
per iscriverti

MILANO

Citylife Pt Studio, via Raffaello Sanzio, 4

11 MAGGIO 2025 09:00-18:00