

FITNESS E

PAVIMENTO PELVICO

08 GIUGNO 2025

09:00-18:00

NUOVA DATA



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 restroverso-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

MILANO

Citylife Pt Studio, via Raffaello Sanzio, 4

08 GIUGNO 2025 09:00-18:00