

# ANATOMY TRAINS SCHOOL

TOM MYERS E LA SCUOLA POLESTAR ITALIA PRESENTA

## 'Due Giornate Con Tom'

Connessione Sistema Fasciale e Dolore

Con Tom Myers (USA)

26-27 Marzo 2019 Roma

Roma 26-27 Marzo 2019



### PROGRAMMA

#### **Martedì 26 Marzo Workshop 1: 'Connessione Sistema Fasciale e Lombalgia'**

Connessione sistema fasciale e Lombalgia: la Lombalgia ha effetti profondi sul benessere ed è spesso la causa di gravi problemi fisici e psicologici. Una revisione globale della insorgenza della Lombalgia nella popolazione generale adulta ha mostrato una prevalenza del punto pari a circa il 12%, con una insorgenza al mese del 23%, una insorgenza annua del 38% e una prevalenza a vita di circa il 40% di Manchikanti L1, Singh V, Falco FJ, Benjamin RM, Hirsch JA. Inoltre, poiché la popolazione invecchia, nei prossimi decenni, è probabile che il numero di individui con Lombalgia aumenti considerevolmente. Vieni a conoscere la connessione del sistema fasciale e lombalgia, specialmente nell'equilibrio tra lo Psoas e il Quadrato dei Lombi.

#### **Mercoledì 27 Marzo : Workshop 2 : 'Connessioni Sistemi Fasciali e dolori al collo e spalle '**

Il dolore al collo e alle spalle spesso determina un limitato range di movimento, difficoltà a rilassarsi o allungare completamente i muscoli coinvolti, dolori muscolari più duraturi, debolezza e rigidità possono causare disturbi del sonno. In questo seminario esamineremo il collo e le spalle in relazione alla gabbia toracica per fornire una migliore comprensione dell'anatomia olistica e delle connessioni fasciali che potrebbero dover essere rafforzate o allungate per fornire un migliore equilibrio e facilità. Raffinerete le vostre abilità di valutazione BodyReading usando i principi di Anatomy Trains per condurre valutazioni, sviluppare strategie e utilizzare il movimento o le tecniche manuali per aiutare i vostri clienti a ritrovare la loro piena e vibrante salute, e magari anche a liberarsi di quel dolore al collo.

#### **Tom Myers (Maine USA)**

Tom Myers è l'autore di Anatomy Trains (Elsevier, 2001, 2009, 2014) che è stato tradotto in 14 lingue, il co-autore di Fascial Release for Structural Balance (North Atlantic, 2010, 2017) e numerosi articoli per riviste specializzate e riviste che sono state raccolte nei libri BodyReading: Visual Assessment e Anatomy Trains, Body3, The Anatomist's Corner e Structural Integration: Collected Articles. Ha anche prodotto oltre 35 DVD e numerosi webinar sulla valutazione visiva, Fascial Release Technique e le applicazioni di ricerca fasciale. Tom conduce i laboratori di dissezione, insegna programmi di certificazione in Integrazione strutturale e insegna corsi per terapeuti manuali e professionisti del movimento in tutto il mondo.

