

THE SCHOOL FOR BODY-MIND CENTERING®
Movimiento Atlas

PROGRAMA DE EDUCACIÓN SOMÁTICA DEL MOVIMIENTO

SISTEMA DE LIGAMENTOS Y FASCIA

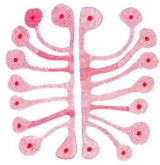
Los ligamentos establecen los límites del movimiento entre los huesos. Coordinan y guían las respuestas musculares dirigiendo el recorrido del movimiento entre los huesos, y proporcionan especificidad, claridad, y eficiencia a la alineación y el movimiento de los huesos. Cuando todos los ligamentos de una articulación participan de forma activa en el movimiento, este se vuelve altamente específico y llega con facilidad a las articulaciones adyacentes y sucesivas. Los ligamentos dan soporte a la cualidad psicofísica de la especificidad en detalle.

Este curso incluye:

- Iniciación del movimiento desde los ligamentos.
- Facilitación de libertad, resiliencia, fuerza e integración en los ligamentos mediante el contacto y la reeducación de patrones de movimiento.
- Liberación de los ligamentos de las restricciones de los tejidos circundantes.
- Integración de los ligamentos en sus planos fasciales correspondientes.

Duración mínima del curso: 7 días, 49 horas lectivas

Precio: 890 € (840 € si se realiza el pago dos meses antes del comienzo del curso)



THE SCHOOL FOR BODY-MIND CENTERING®
Movimiento Atlas

PROGRAMA DE EDUCACIÓN SOMÁTICA DEL MOVIMIENTO

SISTEMA LIGAMENTOS Y FASCIA: ESQUEMA DEL CURSO

1. Introducción al Sistema de Fascia y Ligamentos.
2. Clasificación de articulaciones y ligamentos.
3. Principios básicos de la fascia y los ligamentos.
4. Propioceptores de las articulaciones.
5. Fascia y ligamentos del miembro inferior: pie, tobillo y antepierna.
6. Fascia y ligamentos del miembro inferior: rodilla.
7. Fascia y ligamentos de la articulación de la cadera.
8. Fascia y ligamentos del miembro superior: mano, muñeca y antebrazo.
9. Fascia y ligamentos del miembro superior: antebrazo y codo.
10. Fascia y ligamentos del hombro y la cintura escapular.
11. Fascia y ligamentos del esternón y las costillas.
12. Ligamentos de la Columna.
13. La Columna Vertebral.
14. La Articulaciones Hioidea y Temporomandibular (ATM).

APLICACIÓN A LA REEDUCACIÓN DE PATRONES DE MOVIMIENTO

Integración, facilitación y aplicación del trabajo con el Sistema de Fascia y Ligamentos para la reeducación de patrones de movimiento.

INTEGRACIÓN, REPASO Y PREGUNTAS

Tiempo para que los estudiantes compartan e integren mediante la reflexión, explorando preguntas y/o repasando. Es un momento para observar (a uno mismo y los demás) y explorar y/o compartir ideas o sensaciones basadas en la experiencia del trabajo del BMC®.

CUESTIONES PROFESIONALES

Abordar el ámbito de la práctica y el código ético de Body-Mind Centering® Association (BMCA). Presentar indicaciones y precauciones al trabajar con el Sistema de Fascia y Ligamentos.