

<u>DOMENICA 25 LUGLIO 2021</u>			
<i>Body conditioning per la danza</i>			
Ore 9.00-9.30	Accoglienza ed accreditamento		
Ore 9.30-10.30	Fisioterapia	Dott. Simone Vivarelli	La preparazione atletica nella danza: i ballerini possono prevenire l'infortunio?
Ore 10.30-10.45	Q&A	Moderatore	
Ore 10.45-11.45	Gyrotonic Expansion sistem	Sig. Luca Biasini	Il Gyrotonic: ausilio indispensabile in ogni fase della vita di un danzatore.
Ore 11.45-12.00	Q&A	Moderatore	
Ore 12.00-13.00	Personal trainer	Dott. Marco Batti	Lo stretching, tra miti e leggende
Ore 13.00-13.15	Q&A	Moderatore	
Ore 13.30-14.30	Pausa pranzo	Lunch buffet	
Ore 14.30-15.30	Feldenkrais	Sig.ra Emanuele Enria	Equilibrium: costruire e decostruire il movimento
Ore 15.30-15.45	Q&A	Moderatore	
Ore 15.45-16.45	Pilates	Sig. Claudia Fink	Pilates Flow nella preparazione di un danzatore
Ore 16.45-17.00	Q&A	Moderatore	
Ore 17.00-17.45	Tavola Rotonda	Con i docenti della giornata	
Ore 17.45-18.15	Foto e chiusura giornata		
Ore 18.15-18.30	Break - Pausa tecnica per disporre l'aula per il test		
Ore 18.30-19.30	Test ECM e Tecnico	Supervisione Dott. Marco Batti	
Ore 19.30-20.00	Chiusura giornata	Check out totale	