

# FISIO DANCE

Livello 1 *Class*



## Riconoscere la MICROINSTABILITÀ *attraverso* la Medicina della Danza e il Metodo INSIGHT

PARMA, 14 - 15 - 16 MARZO 2025

Responsabile Scientifico: Dott.ssa Sicuri Chiara

## UNA FORMAZIONE UNICA

La **danza**, rispetto a qualsiasi altro sport, porta il corpo **ai limiti della fisiologia muscolo scheletrica**.

Questo espone a due problematiche principali:  
instabilità e sovraccarico funzionale.

Nei tradizionali corsi post graduate, molto si parla di come prevenire e curare le patologie da sovraccarico nello sport; poco o nulla si insegna su prevenzione e trattamento delle problematiche legate all'instabilità multidistrettuale.

La formazione FizioDanceClass ti permette non solo di colmare questa lacuna, ma anche di scendere più a fondo e acquisire **competenze superspecialistiche** in un ambito in cui non esiste ancora una proposta formativa:  
**la MICRO INSTABILITA'.**

Dalla **Medicina della danza** alla **clinica su paziente**, dalla **terapia manuale** alla **riabilitazione**:  
la Formazione FizioDanceClass è  
un **percorso dedicato a professionisti sanitari e professionisti del mondo dello sport, del fitness e del benessere.**



# IL METODOINSIGHT

Un professionista che opera accanto a pazienti che portano il corpo ai limiti della fisiologia muscolo scheletrica deve possedere competenze di altissimo livello sia per individuare qualsiasi problema sul nascere sia per accompagnarli, a qualsiasi età, verso la migliore performance e in totale sicurezza, lavorando in team con i maestri.

La formazione FisioDanceClass ti permette di acquisire queste competenze attraverso il **MetodoINSIGHT**: un approccio innovativo che **integra la Medicina della danza e 20 anni di ricerca e pratica clinica nell'ambito della micro instabilità.**

Nasce per la danza e per i danzatori, ma il suo potenziale apre le porte alla **prevenzione degli infortuni**, alla **cura in sicurezza** e alla **perfezione del movimento** nelle **problematiche muscolo-scheletriche di qualsiasi paziente.**

## COSA IMPARERAI

Durante il **Livello 1** acquisirai le basi di Medicina della Danza e i principi del MetodoINSIGHT. Vivrai in prima persona esperienze pratiche accanto ai maestri per sviluppare una nuova percezione del tuo corpo; rivedrai le tue conoscenze di anatomia e biomeccanica in relazione al corpo del danzatore; aggiornerai le tue conoscenze di clinica e pratica e capirai come adattarle alle esigenze dei pazienti che soffrono di problematiche muscolo scheletriche legate alla micro instabilità.

Durante il **Livello 2** entrerai nel cuore delle strategie di problem-solving del MetodoINSIGHT. Approfondirai l'esperienza pratica in prima persona e con gli allievi; ampliarai le competenze cliniche e terapeutiche nella gestione della micro instabilità.; capirai quali errori non devi commettere nell'approccio alle problematiche muscoloscheletriche.

## ACCREDITAMENTO ECM

Per avere diritto ai crediti formativi ECM è obbligatorio frequentare il 90% delle ore di formazione.

## DATA

14, 15, 16, marzo 2025

## SEDI DEL CORSO

*Jazz Dance Studio - Stradello San Girolamo, 4 Parma*  
*Professione Danza Parma - Via Giuseppe Botteri, 14 Parma*  
*Scuola di Danza Compagnia Era Acquario - Via Emilio Casa, 12 Parma*

## QUOTA ISCRIZIONE ENTRO IL 7 FEBBRAIO 2024

**LIVELLO 1:** 697 euro + IVA

**LIVELLO 1 + LIVELLO 2:** 1185 euro + IVA (anzichè 1394 euro + IVA)

## COME ISCRIVERSI

inviare i propri dati a chiara.sicuri@gmail.com  
o compilare direttamente il form alla pagina [www.chiarasicuri.it/fisiodanceclass](http://www.chiarasicuri.it/fisiodanceclass)  
L'iscrizione sarà confermata solo a pagamento ricevuto.

## ORE DI DURATA DELL'EVENTO

24h (10 teoria, 14 pratica)

## CREDITI ECM

35,4



# PROGRAMMA LIVELLO 1

---

VENERDÌ 14 MARZO

**MATTINO DALLE 9.00 ALLE 13.00**

**Sede: Jazz Dance Studio**

**2 ore teoria - 2 ore pratica**

- Riconoscere la microinstabilità attraverso la Medicina della Danza e il MetodoINSIGHT **(C. Sicuri)**
- Il glossario della danza: posizioni, passi e figure. La formazione psico-fisica dell'allievo che si avvicina alla tecnica classica. Pratica con allieve **(F. Capra)**
- L'anatomia e la biomeccanica del corpo ai limiti della fisiologia - teoria **(C. Sicuri)**

**POMERIGGIO DALLE 14.00 ALLE 18.00**

**Sede: Professione Danza Parma**

**2 ore teoria - 2 ore pratica**

- L'anatomia e la biomeccanica del corpo ai limiti della fisiologia - pratica **(C. Sicuri)**
- I 4 elementi di un training specifico: postura, warm up, flessibilità, mobilità vertebrale **(C. Sicuri)**

SABATO 15 MARZO

**MATTINO DALLE 9.00 ALLE 13.00**

**Sede: Scuola Era Acquario**

**2 ore teoria - 2 ore pratica**

- Il paradigma del MetodoINSIGHT: mobilita, isola, integra, funzione, carico **(C. Sicuri)**
- La vera rieducazione funzionale **(C. Sicuri)**

**POMERIGGIO DALLE 14.00 ALLE 18.00**

**Sede: Professione Danza Parma**

**2 ore teoria - 2 ore pratica**

- Lo studio della danza classica e le pratiche corporee richieste nella formazione professionale - pratica con allievi. **(L. Giuffrida)**
- Valutazione della microinstabilità nel danzatore - pratica con allievi **(C. Sicuri)**

DOMENICA 16 MARZO

**MATTINO DALLE 9.00 ALLE 13.00**

**Sede: Scuola Era Acquario**

**1 ora teoria - 3 ore pratica**

- Come lavora il corpo del danzatore contemporaneo nei corsi di formazione professionale **(C. Montalbani)**
- Esperienza pratica di GYROKINESIS® **(C. Montalbani)**
- Le pratiche corporee del danzatore contemporaneo in diverse fasce d'età includendo improvvisazione, *floor work*, *contact* **(M. Perego)**

**POMERIGGIO DALLE 14.00 ALLE 18.00**

**Sede: Scuola Era Acquario**

**1 ora teoria - 3 ore pratica**

- Viaggio attraverso la fascia: dall'embrione al corpo adulto **(C. Sicuri)**
  - Laboratorio esperienziale pratico di Mindfulmovement. Dall'IO corporeo all'IO sensibile. **(L. Nicolussi Perego)**
-

# FACULTY

---

**CHIARA SICURI**, Dott. in Fisioterapia, Osteopata DOmROI, Responsabile scientifico

**Laurea di I livello in Biotecnologie e Laurea in Fisioterapia** presso l'Università degli Studi di Parma. Borsa di studio come migliore studente del Corso di Laurea in Fisioterapia. **Diploma di Osteopatia** e borsa di studio "Pierluigi Peracca" come migliore allieva. **Master** di I livello in "Biomeccanica, patologia e trattamento terapeutico dell'arto superiore" presso Alma Mater Studiorum, Università di Bologna, con pubblicazione della tesi. **Docente** presso il CIO - Collegio Italiano di Osteopatia di Parma. Lavora come **libera professionista** nel suo studio di Parma.

**FEDERICA CAPRA**, danzatrice, docente, coreografa

**Diploma** di danzatrice presso la ISTD e la Bernstein School of Musical Theatre. **Teaching Certificate** e **Diploma** presso la Royal Academy of Dance di Londra. **Performer e danzatrice** nei più prestigiosi palcoscenici nazionali e internazionali. **Docente** di Danza Classica e Danza Jazz alla Bernstein School of Musical Theatre, Bologna.

**LUCIA GIUFFRIDA**, danzatrice, docente, coreografa

**Teaching Certificate** e **Diploma** alla **Royal Academy of Dance di Londra**. **Diploma** presso l'**Imperial Society of Teachers of dancing** (Modern Branch). **Laurea in Scienze dell'Educazione e della Formazione**. **Direttrice** della scuola Professione Danza, Parma. **Docente** di tecnica classica alla Bernstein School of Musical Theatre, Bologna.

**LUCIA NICOLUSSI PEREGO**, danzatrice, docente, coreografa

**Premio alla carriera GID 2022. Premio Musa 2011. Laurea in Psicologia**. Coreografa, danzatrice, docente, Educatrice IDME. Docente di Danza Creativa per la Royal Academy of Dance Italia. **Direttrice** della scuola di danza Compagnia Era Acquario: una delle poche realtà italiane dedicata allo studio della danza contemporanea, non solo tramite il lavoro in sede, ma anche tramite progetti e spettacoli in realtà sociali come scuole, associazioni legate alla disabilità e AUSL nelle unità neuropsichiatriche infantili.

**MANFREDI PEREGO**, danzatore, docente, coreografo

**Laurea in scenografia** all'Accademia di Belle Arti di Bologna. **Danzatore free-lance** in compagnie di teatro-danza e danza contemporanea in Italia e in Europa. Oltre all'attività di **coreografo**, viene chiamato come **insegnante** di danza contemporanea presso diversi corsi di formazione professionale italiani ed esteri.

**CHIARA MONTALBANI**, danzatrice, docente, coreografa

**Laurea presso il BA (Hons) Dance Theatre con 1st class honours al Laban Trinity College London, UK. Premio 'Marion North'** come migliore performer al Bonnie Bird Theatre, Laban. Esercita la professione di insegnante parallelamente al suo lavoro di **performer e danzatrice** in palcoscenici nazionali e internazionali. **GYROKINESIS® TRAINER**.

**MANUELA SIROCCHI**, danzatrice, docente, coreografa

**Direttrice** della Scuola di Danza Jazz Dance Studio a Parma. Il grande Maestro e Ballerino **Matt Mattox** la dichiara fra le sue eredi per divulgare la sua tecnica di **Modern-Jazz**, una delle più famose e conosciute al mondo. Un prestigioso riconoscimento che la porta ad approfondire altre tecniche di Modern-jazz fra le Scuole di Danza di New York, Londra e Perpignan.

---

## INFO GENERALI

### LA QUOTA DI ISCRIZIONE COMPRENDE

Partecipazione alle sessioni didattiche

Coffee break

Materiale didattico

Attestato di partecipazione

Accesso al test di valutazione ECM per l'acquisizione dei crediti formativi  
(solo se avrai partecipato almeno al 90% del corso)

### DESTINATARI

Medico chirurgo specialista in:

Medicina Fisica e Riabilitazione, Medicina dello Sport, Ortopedia e Traumatologia, Pediatria, Pediatria (pediatri di libera scelta), Fisioterapista, Fisioterapista iscritto nell'elenco speciale ad esaurimento, Terapista della Neuro e Psicomotricità dell'Età Evolutiva, Terapista della Neuro e Psicomotricità dell'Età Evolutiva iscritto nell'elenco speciale ad esaurimento, Osteopata, Massofisioterapista iscritto all'elenco speciale di cui all'art. 5 del D.M. 9 agosto 2019 Iscritto nell'elenco speciale ad esaurimento ex art 5 D.M. 09.08.2019, professionista del mondo dello sport, del fitness e del wellness.

### OBIETTIVO FORMATIVO

Contenuti tecnico professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica.



# FISIO DANCE

Livello 1 *Class*

scopri tutti i dettagli su  
[www.chiarasicuri.it/fisiodanceclass](http://www.chiarasicuri.it/fisiodanceclass)  
e segui il profilo Instagram @chiarasicuri

per informazioni scrivi a  
[chiara.sicuri@gmail.com](mailto:chiara.sicuri@gmail.com)



Segreteria organizzativa e Provider ECM



Via Vitaliano Brancati 16, 95128 Catania  
Tel: 095 7280511 - Cell: 338 3941650  
[info@av-eventieformazione.it](mailto:info@av-eventieformazione.it)

[www.av-eventieformazione.it](http://www.av-eventieformazione.it)