

Convegno teorico pratico MEDICINA DELLA DANZA

IN PUNTA DI PIEDI... AL CENTRO DEL CORPO DANZANTE

13° EDIZIONE

MILANO DiDstudio c/o Fabbrica del Vapore, via Procaccini 4
28/29 Novembre 2015

PROGRAMMA

SABATO 28 NOVEMBRE

10.00/11.00 RegISTRAZIONI

11.00/11.10 Apertura del convegno - presentazione dei relatori.

Moderatore: **Dott. Omar De Bartolomeo**

11.10/11.30 **Centro del corpo danzante. La muscolatura profonda in 3D.** T.d.R. e D.O. **Rita Valbonesi**

11.30/12.30 **La "forza" dell'osso: il rischio di osteoporosi e fratture da stress nei giovani Danzatori.**

Dott.ssa Luana Poggini

12.30/13.45 **Core evolution. Proposte di Pilates e theraband per sviluppare l'energia del core e migliorare le pirouettes, gli arabesques, e...** **Dott.ssa Ilaria Severi**

13.45/15.00 Pausa pranzo

Moderatore: **Dott.ssa Luana Poggini**

15.00/16.15 **Vado a fare quattro passi. Indicazioni di auto-trattamento per il benessere del piede e del corpo del ballerino.** **Dott. Filippo Castrovilli**

16.15/16.30 Pausa

16.30/17.30 **Aspetti nutrizionali e rischio correlato di traumi in ballerini professionisti.** **Dott. Omar De Bartolomeo**

17.30/18.45 **Alla ricerca della profondità perduta. Proposte di Percezione corporea e svolgimento di tutte le catene muscolari per un nuovo "corpo danzante". Danzare conTATTO.**
T.d.R. e D.O. Rita Valbonesi

18.45/19.30 Tavola rotonda

DOMENICA 29 NOVEMBRE

Moderatore: **Dott.ssa Luana Poggini**

9.30 - 10.45 **Energia ed eleganza dei salti.**

Postura, propriocettività ed allenamento per migliorare la performance dei salti nei ballerini.

Dott.ssa Sara Benedetti e Dott.ssa Eva Fasolo

10.45 - 12.00 **Sequenze per il futuro.**

(Lavoro per e con bambini)

Compagnia Abbondanza Bertoni.

12.00 - 13.00 Pausa pranzo

Moderatore: **Dott. Omar De Bartolomeo**

13.00 - 14.15 **Gesto musica Danza. Proposte educative psicomotorie e musicali rivolte alla danza.**

Dott.ssa Patrizia Buzzoni

14.15 - 15.30 **Danziamo con il respiro.**

Un approccio innovativo con il soffio, per dare armonia, forza e uno slancio creativo alla propria vita e alla danza dei ballerini. **Dott. Tiziana Fantuz**

15.30 - 16.00 Tavola Rotonda e a seguire consegna attestati