



Conferència

Cura del cos i de l'alimentació en el circ

HEKA FISIOTERÀPIA

26 d'octubre, 2022

De 18h a 20h (2 hores)

Carpa petita Circ Cric

Sant Esteve de Palau Tordera

Descripció:

Cada vegada hi han més evidències sobre l'impacte de l'alimentació en la nostra salut, no només per a la seva repercussió a nivell sistema digestiu, si no per una correcta funció de l'organisme en la seva totalitat.

En un context com el del món del circ, on els requeriments energètics són elevats, es necessita un perfecte estat del sistema neuromusculoesquelètic i una bona activació de la faixa abdominal i lumbar i del sòl pelvià, tenir uns hàbits alimentaris adequats tindrà especial importància.

Objectius:

- Quins aliments ens ajuden a desinflamar i ajudar el cos a mantenir el rendiment que necessitem?
- Quina repercussió té una mala alimentació en el nostre organisme? I en la nostra musculatura?
- Quina relació té amb la salut de la zona lumbar i del sòl pelvià?

Ponents:

Roberta Biasiotto,

Fisioterapeuta especialitzada en dolor, sol pelvià i teràpia visceral. Psiconeuroimmunologia clínica.

Nuria Macià,

Fisioterapeuta especialitzada en obstetrícia, uroginecologia, sòl pèlvic i teràpia manual.

Mireia Desumvila Tarrés

Fisioterapeuta especialitzada en dolor, teràpia visceral i patologies relacionades amb l'aparell locomotor.

<https://hekafisioterapia.com/>

Persones destinatàries:

Conferència oberta a tots públics.

Invitació particular a docents de circ, mestres i professors/personal administratiu d'escoles de circ, esport, arts escèniques, col·lectius associats/interessats en la temàtica específica, estudiants universitaris i artistes.

Invitació especial a col·lectius socials i comunitat del territori.

Cost inscripció: 37 € (euros).

Preus especials: - Inscripció a les tres conferències: 20 € (euros) per tema per persona.

- Socis d'associacions professionals vinculats al circ o de les entitats col·laboradores: 30 € (euros) per tema per persona

Inscripcions al mail coord.cipac@gmail.com

L'organització es reserva el dret d'anul·lar o aplaçar el curs en el cas de no arribar als nombre mínim d'inscripcions.