

IL CORE TRA OCCIDENTE E ORIENTE: CONOSCENZE SCIENTIFICHE, TEORIE E PRATICHE FISICHE, ENERGETICHE ED EMOZIONALI

RELATORI

Dott.ssa Paola Gaido - Fisioterapista

Dott.ssa Daniela Putzulu - Fisioterapista

PRESENTAZIONE

Questo corso FAD ECM non è solo un programma di esercizi, ma un percorso di crescita e consapevolezza. Attraverso la combinazione di conoscenze scientifiche, principi orientali e pratiche operative, offre strumenti concreti per migliorare la salute, la postura e il benessere emotivo.

Tradizionalmente, il Core viene considerato come il fulcro della stabilità e del movimento, ma il corso propone una prospettiva più ampia e innovativa: non solo anatomia e biomeccanica, ma anche aspetti emotivi ed energetici, in un'ottica globale che mette al centro la persona.

Il partecipante viene accompagnato in un viaggio che parte dalle basi scientifiche fondamentali di anatomia, fisiologia e biomeccanica del Core e arriva alla pratica consapevole. Successivamente il focus viene spostato su una dimensione meno esplorata in ambito occidentale: l'analisi dei centri energetici legati al Core e i legami tra emozioni e salute. Numerosi testi e studi, recenti fino al 2023, hanno orientato questo lavoro.

Il cuore del percorso formativo è rappresentato da trenta tecniche operative, illustrate in modo dettagliato e supportate da materiale audio e video. Gli esercizi proposti non sono semplici movimenti di rinforzo muscolare, ma pratiche che combinano movimento, respirazione e rilassamento. Queste tecniche, ispirate alle discipline orientali, possono essere integrate in programmi tradizionali di allenamento oppure praticate quotidianamente come attività autonoma. La loro semplicità di esecuzione le rende accessibili a tutti, senza bisogno di attrezzature particolari, e adatte sia alla vita professionale che personale.

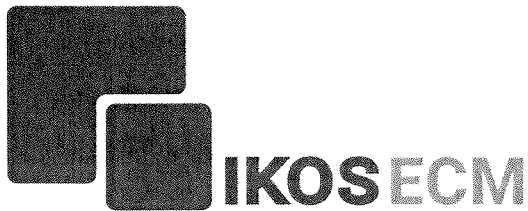
Ciò che rende questo corso particolarmente interessante, integrando la Psicologia Moderna, la Medicina Occidentale e la Medicina Tradizionale Cinese, è la sua capacità di proporre un approccio multidimensionale: fisico, emotivo ed energetico. Non si tratta più solo di rinforzare il Core, ma di lavorare con la persona nella sua interezza dove corpo e mente sono un sistema unico. Questo permette a diverse categorie di professionisti di offrire interventi più completi e personalizzati.

IKOS S.r.l.

Via Legnano 26, 10128 Torino

Tel. +39011.377717 - www.ikosecm.it

Partita Iva 08897730019 – Capitale Sociale 20.000,00 I.V.- R.E.A. 1008662



PROGRAMMA CORSO

PRIMO MODULO - INTRODUZIONE

Definizioni
Introduzione della Core Stability
Cenni di anatomia e biomeccanica

SECONDO MODULO - CORE E CENTRI ENERGETICI

L'Energia Vitale
I Meridiani
I Serbatoi del Qi: Dan Tian e Organi
Il Sistema degli Zang-Fu
Il Mare dei Meridiani

TERZO MODULO - LE EMOZIONI DEL CORE

Emozione: Significato e Caratteristiche
Circuiti Neuronali
Emozioni nel corpo
Emozioni e MTC

QUARTO MODULO - PARTE TEORICO-PRATICA: GLI ESERCIZI DEL CORE

Il Qi Gong
Lo Yoga
Lo Shiatsu

QUINTO MODULO - PARTE PRATICA: GLI ESERCIZI DEL CORE

Schema di lavoro
Esercizi Dinamici
Esercizi Statici di Respirazione e di Meditazione
Bibliografia

TEST DI VALUTAZIONE FINALE

INDIRIZZO INTERNET PER ACCEDERE AL CORSO:

Dal 07 gennaio 2026 al 31 dicembre 2026

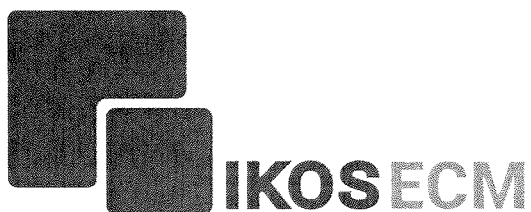
www.ikosecm.it

IKOS S.r.l.

Via Legnano 26, 10128 Torino

Tel. +39011.377717 - www.ikosecm.it

Partita Iva 08897730019 – Capitale Sociale 20.000,00 I.V.- R.E.A. 1008662



OBIETTIVO FORMATIVO

Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere

MODALITÀ DI ACQUISTO:

- Direttamente dal sito www.ikosecm.it mediante pagamento con carta di credito; bonifico bancario, Satispay e PayPal
- Il corso ha un costo di € 60,00

Il corso necessita di 35 ore totali di studio per il successo formativo del progetto offerto (studio congiunto di slide e di tutti gli allegati proposti). E' possibile scaricare tutte le slide, in formato pdf, che compongono il corso

Crediti: 35 - Per acquisire i crediti è necessario affrontare e superare il 75% del questionario proposto a fine corso. Il test prevede una doppia randomizzazione delle domande.

IL CORSO È RIVOLTO A:

TUTTE LE PROFESSIONI SANITARIE

PROVIDER

IKOS s.r.l.

Accr. N. 1809

Via Legnano, 26 - 10128 – Torino

Tel. 011.377717

Mail. emanuele.torrero@ikosformazione.it; servizioclienti@ikossrl.com

Sito: www.ikosecm.it

IKOS S.r.l.

Via Legnano 26, 10128 Torino

Tel. +39011.377717 - www.ikosecm.it

Partita Iva 08897730019 – Capitale Sociale 20.000,00 I.V.- R.E.A. 1008662

CURRICULUM VITAE DANIELA PUTZULU

Nata a Torino il 09/08/1962

Laureata in Fisioterapia presso l'Università di Torino, ha una esperienza lavorativa, sia come libera professionista che in ambito pubblico ospedaliero, nel campo della cura e della prevenzione, principalmente con pazienti aventi problematiche neurologiche, ortopediche e post chirurgiche.

Ha conseguito il Master in Disfunzioni Muscolo Scheletriche, presso l'Università di Medicina e Chirurgia di Verona, ha approfondito diverse metodologie di lavoro come l'Esercizio Terapeutico Conoscitivo, il Metodo Bobath, l'Osteopatia e la Rieducazione Posturale Globale.

Attualmente è altamente specializzata nella riabilitazione delle disfunzioni del pavimento pelvico e dal 2002 insegna "Riabilitazione delle Disfunzioni Viscerali" presso la Facoltà di Fisioterapia dell'Università di Torino.

Ritenendo fondamentale la relazione terapeutica con il paziente, si è formata come Counsellor in Gestalt e Body Work, nella Comunicazione Ipnotica, nella Kinesiologia Specializzata e nell'approfondimento dello studio dell'essere umano secondo la visione della Medicina Tradizionale Cinese.

E' docente di alcuni corsi FAD che integrano i principi della riabilitazione occidentale con quelli delle discipline orientali.

Firma


Paola Gaido

Nata a Pinerolo (TO) il 19 novembre 1965
Residente in Via F. Juvarra, 7 - 10069 Villar Perosa (TO)
Cell. 3335821602; e-mail: gaidopaola@gmail.com

Studi

1987:

Diploma di Terapista della Riabilitazione, presso la Scuola regionale U.S.L. TO 1-23.

Titolo della Tesi di Diploma: *Esiti a distanza dei traumi cranici: analisi della letteratura e casistica personale*. Votazione: 58/60.

1983:

Diploma di Maturità Magistrale presso l'Istituto Magistrale statale "G. A. Rayneri" di Pinerolo (TO) con il punteggio di 50/60. Nell'anno scolastico 1983/84 ho frequentato l'anno integrativo presso lo stesso istituto.

Principali corsi di aggiornamento professionali

Corso: *"Terapia Cranio Sacrale – Livello I"* con il Centro Studi Upledger Italia -Torino

Corso: *"Terapia Cranio Sacrale – Livello II"* con il Centro Studi Upledger Italia - Milano

Conseguito il: *Certificato Corpo e Coscienza, Metodo Georges Courchinoux – animazione di gruppo – Ginnastica Dolce e Globale e Riarmonizzazione energetica* Pinerolo , TO, con il docente G. Courchinoux, per un totale di 80 ore.

Corso: *"Formazione Superiore di I Livello Metodo Corpo e Coscienza"* - Villar Pellice con il docente G. Courchinoux, per un totale di 32 ore.

Corso nazionale di specializzazione *McKenzie - Parte A - la colonna lombare, Parte B - la colonna cervicale; Parte C - soluzione dei problemi ed applicazione pratica; Parte D - Tecnica Terapeutica e applicazioni - II*, Collegno (TO), con la docente S. Luetchford-Chiesa per un totale di 105 ore

Corso nazionale di specializzazione in *"Rieducazione Posturale Globale: Campo Chiuso"*, (Torino, per un totale di 176 ore) tenuto da Ph. E. Souchard.

Conseguito il *Diploma in terapia manuale-normalizzazione articolare*, (Roma, 1992/93) docente M. Bienfait, per un totale di 300 ore di corso.

Corso su: *"L'Esercizio Terapeutico Conoscitivo nel trattamento dell'emiplegico adulto"*, Milano, tenuto dal prof. C. Perfetti

Corso su: *"Riabilitazione e Conoscenza: l'elaborazione dell'Esercizio Terapeutico conoscitivo"* Milano, tenuto dal prof. C. Perfetti.

Corso di specializzazione in: *"L'Esercizio Terapeutico Conoscitivo nella patologia delle funzioni corticali superiori"*, Torino, docente T.d.R. M. P. Tecchio, della durata di 12 ore.

Ho frequentato il *SRRF, Presidio Ospedaliero, Stabilimento di Schio (VI), ULSS n. 4 "Alto Vicentino"*, diretto dal Prof. PERFETTI Carlo, dal 19 al 23 Febbraio, 1996 per un totale di 36 ore.

Corso di perfezionamento : *"Massaggio riflessogeno del piede"*, Asti, tenuto dal T. di R. V. Becci di 64 ore.

Dal 2005 ho seguito la formazione in kinesiologia frequentando i corsi di Touch For Health presso l'IKSEN a Maderno, con Maurizio Piva. Il **7 Luglio 2007** ho conseguito il **diploma di operatore**

dello sviluppo personale superando la prova finale pratica e teorica con la valutazione di 110/110 e lode. Ho Proseguito lo studio con l'istituto frequentando diversi corsi di interesse rispetto alla medicina e ginnastica olistica

Esperienze professionali

Ho prestato servizio presso l'Istituto CHIROS-Centro Chiroterapeutico di Torino S.r.l., dal 15.09.1987 al 20.01.1988, con contratto di formazione e lavoro, con la qualifica di fisioterapista.

Ho prestato servizio presso il Centro di Salute Rivalta S.p.A., con la qualifica di T.d.R., dal 02.02.1988 al 09.03.1989.

Ho prestato servizio presso la casa di cura Villa Serena - Centro medico di riabilitazione funzionale e cura delle cardiobroncopneumopatie, di Piosasco (To), con la qualifica di T.d.R., dal 06.03.1989 al 04.11.1989.

Ho prestato servizio presso il SRRF dell'USSL n. 32 di Moncalieri (TO), con la qualifica di T.d.R.- collaboratore, dal Novembre 1989 al Marzo 1992.

Ho Prestato servizio presso l'ASL 10 di Pinerolo, distretto n.2 di Perosa Argentina, con la qualifica di T.d.R. - collaboratore, dal Marzo 1992 a Ottobre 2000, con rapporto a tempo pieno.

Dal mese di Novembre 2000 fino al mese di Luglio 2007 ho prestato servizio nella stessa ASL, ma con rapporto a tempo parziale, 50%.

Attualmente esercito la libera professione presso il mio studio a Villar Perosa (TO).

Docenze e interventi.

Ho partecipato agli Incontri di Educazione Sanitaria organizzati dall'ex USSL N.42 di Perosa Argentina nel 1994 con un intervento il 7 Marzo: "Sport, Ginnastica e Riabilitazione nella Terza Età", l'anno successivo l'argomento trattato era "Lombalgia, dolori articolari e muscolari nella Terza Età".

Sono stata docente di alcune edizioni del Corso per Operatori A.D.E.S.T. 1° Qualifica e Riqualifica organizzati dalla Comunità Montana Valli Chisone e Germanasca in collaborazione con il Consorzio per la Formazione, l'Innovazione e la Qualità, dal 2000 al 2002.

Ho tenuto corsi di Touch For Health 1, 2, 3, 4, Energia Tibetana presso il mio studio in questi ultimi anni.

Ai sensi e per gli effetti del D. Lgs 196/2003 si autorizza il trattamento dei propri dati personali per gli usi e i fini consentiti dalla legge.

In fede
Paola Gaido