

Corso ECM RES
YOGA TERAPEUTICO PER RIABILITAZIONE E RECUPERO FUNZIONALE

Razionale del corso

Il corso di Yoga Terapeutico è strutturato per fornire le basi e una panoramica generale sulle molteplici applicazioni dello Yoga in un contesto ben definito: quello della salute. La formazione proposta consente di scoprire, apprendere e poi applicare la millenaria conoscenza dello Yoga a tutti coloro che desiderano conoscere questa materia per poterne utilizzare i principi in contesti riabilitativi. Yoga Terapeutico e osteopatia-fisioterapia-massofisioterapia-rieducazione posturale, sono discipline che si possono facilmente integrare in un concetto di riabilitazione, di salute e benessere più ampio e trasversale. Il docente, Dottore in Fisioterapia Edoardo Gustini, PhD in Patologia Clinica, Insegnante di Yoga e Yoga Terapia, Docente per la Siddhant School of Yoga (Rishikesh India), collocherà lo Yoga Terapia nel percorso riabilitativo-rieducativo del paziente, sia a partire da un evento acuto fino alla riatletizzazione, sia in un contesto di disfunzioni o di patologie croniche. Il programma del corso presenta l'introduzione alla Meditazione come pratica salutistica e fornisce anche delle tecniche di Yoga per l'equilibrio emozionale e il controllo dei processi cognitivi con un approccio medico scientifico e approfondimenti di anatomia, fisiologia e biomeccanica funzionale.

Date corso: 17-19 aprile 2026

Sede: EdiAcademy V.le Enrico Forlanini, 21 - 20134 Milano

Provider accreditante: Imagine Srl a socio unico Id n. 6
Id/Edizione evento residenziale n. 1

Ore formative: 24

Crediti ECM: 24

Professioni/discipline:

Medico – Discipline: tutte

Fisioterapista – Discipline: Fisioterapista, Iscritto nell'elenco speciale ad esaurimento

Massofisioterapista Iscritto all'elenco speciale di cui all'art. 5 del D.M. 9 agosto 2019

Terapista Occupazionale

Ostetrica/o

Numero di partecipanti: 35

Obiettivo formativo

N°18. 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

Acquisizione competenze

- Fornire le nozioni teoriche e gli elementi esperienziali di base per poter utilizzare i principi dello Yoga in contesti riabilitativi

Metodologie didattiche: lezione frontale, dimostrazioni e parti pratiche.

Modalità di verifica

L'apprendimento dei partecipanti sarà valutato mediante una prova pratica. Per il suo superamento è necessario raggiungere almeno il 75% dei contenuti formativi. Per il rilascio dei crediti è altresì obbligatoria la presenza ad almeno il 90% della durata del corso (24 ore) e la compilazione della scheda di valutazione della qualità percepita.

Programma Scientifico

PRIMA GIORNATA – 17 aprile 2026		
ORARIO	CONTENUTI	DOCENTE/I SOSTITUTO/I
9.00 - 11.00	A1. • Pratica canonica di Yoga Terapia ESERCITAZIONI PRATICHE • Pratica guidata • Introduzione allo Yoga - aspetto terapeutico	<i>Edoardo GUSTINI</i>
11.00 – 11.15	Coffee break	
11.15 – 13.15	A2. ESERCITAZIONI PRATICHE • Pratiche fondamentali di Yoga e di Yoga Terapia - concetto di Nadi - concetto di Meridiani - concetto di Prana - concetto di Qi - concetto di Chakra • Approfondimento degli asana fondamentali "posture" dello Yoga e dello Yoga Terapia	<i>Edoardo GUSTINI</i>
13.15 – 14.00	Lunch	
14.00 – 18.00	A3. ESERCITAZIONI PRATICHE • asana fondamentali • Il Pranayama "respiro" come strumento terapeutico ESERCITAZIONI PRATICHE • pratiche fondamentali di Pranayama	<i>Edoardo GUSTINI</i>

SECONDA GIORNATA – 18 aprile 2026		
ORARIO	CONTENUTI	DOCENTE/I SOSTITUTO/I
9.00 - 11.00	B1. • Pratica canonica di Yoga Terapia ESERCITAZIONI PRATICHE • Pratica guidata e condotta • I benefici e le pratiche dello Yoga Terapia nelle più comuni patologie ortopediche - lombalgia - cervicalgia - artrosi - sindromi posturali - scoliosi...	<i>Edoardo GUSTINI</i>
11.00 – 11.15	Coffee break	
11.15 – 13.15	B2. ESERCITAZIONI PRATICHE • I benefici e le pratiche dello Yoga Terapia nelle più comuni patologie neurologiche - Parkinson - Sclerosi multipla - Emiplegia - Paraplegia... ESERCITAZIONI PRATICHE • Tecniche di Yoga Terapia per ridurre il dolore e	<i>Edoardo GUSTINI</i>

	l'infiammazione e per agire sul sistema neuro endocrino	
13.15 – 14.00	Lunch	
14.00 – 18.00	B3. ESERCITAZIONI PRATICHE <ul style="list-style-type: none"> • Studio degli Asana "posture" <ul style="list-style-type: none"> - seduti - in quadrupedia - in piedi - proni - in decubito laterale - supini • Introduzione alla Meditazione come pratica salutistica • Tecniche di Yoga Terapia per l'equilibrio emozionale e il controllo dei processi cognitivi 	<i>Edoardo GUSTINI</i>

TERZA GIORNATA – 19 aprile 2026		
ORARIO	CONTENUTI	DOCENTE/I SOSTITUTO/I
9.00 - 11.00	C1. <ul style="list-style-type: none"> • Pratica canonica di Yoga Terapia ESERCITAZIONI PRATICHE <ul style="list-style-type: none"> • Pratica condotta 	<i>Edoardo GUSTINI</i>
11.00 – 11.15	Coffee break	
11.15 – 13.15	C2. <ul style="list-style-type: none"> • Gli aggiustamenti nello Yoga <ul style="list-style-type: none"> - come - dove - quando - perché • La modalità del tocco terapeutico nello Yoga Terapia 	<i>Edoardo GUSTINI</i>
13.15 – 14.00	Lunch	
14.00 – 18.00	C3. ESERCITAZIONI PRATICHE <ul style="list-style-type: none"> • Lavoro a piccoli gruppi - guidare le principali pratiche Valutazione apprendimento e condivisione esiti con i partecipanti	<i>Edoardo GUSTINI</i>

NOME COGNOME	RUOLO	PROFESSIONE DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA/ LIBERA PROFESSIONE	ATTIVITÀ PROFESSIONALE /FORMATIVA
Edoardo GUSTINI	Docente ***** Responsabile scientifico	Dottore in Fisioterapia	Libera professione	PhD in Patologia Clinica – Dottore in Fisioterapia. Docente di Fisiopatologia, Università di Udine. Insegnante Yoga e Yoga Terapia e docente per la Siddhant School of Yoga (Rishikesh India) per la formazione insegnanti Yoga riconosciuta da Yoga Alliance USA