



TRA CORPO E MENTE

GINNASTICA CORRETTIVA

L'esercizio fisico è in grado di produrre delle modificazioni sul nostro organismo.

In altre parole è possibile plasmare il nostro fisico a nostro piacimento, semplicemente praticando della ginnastica orientata verso quell'obiettivo. Questa capacità dell'esercizio fisico è ancora più evidente durante il periodo della crescita (età evolutiva). Se questo è vero – e lo è - allora si rende possibile sfruttare questa prerogativa dell'esercizio fisico per migliorare la morfologia di un bambino, o di un ragazzo che nel crescere ha visto il suo fisico indebolirsi ed andare in contro a dei Paramorfismi.

Nasce così l'idea di una specifica Ginnastica, chiamata appunto **Ginnastica Correttiva**, che studia e raccoglie tutte le tecniche motorie atte allo scopo di cui si è detto sopra. Anche qui, come in tutta l'Educazione Fisica, gli elementi essenziali consistono

- Nella scelta degli esercizi, scelta non sempre facile, ma che deve essere veramente mirata ed orientata verso l'obiettivo che si intende raggiungere,
- Nella disponibilità di ambienti e di attrezzature ginniche,
- e soprattutto nella capacità comunicativa e peculiare sul piano pedagogico, di una persona – l'insegnante di Ginnastica – che deve saper coinvolgere gli allievi a lui assegnati per far eseguire loro degli esercizi non sempre facili e talvolta molto faticosi.

Il nostro ISTITUTO DUCHENNE Scuola Nazionale di Educazione Fisica è nato soprattutto per promuovere questo genere di studi e per risolvere proprio questo genere di problemi.

All'ISTITUTO DUCHENNE si rivolgono molti insegnanti di tutta Italia per perfezionare le loro conoscenze e per venire ad imparare le tecniche, gli esercizi e le attrezzature da noi studiate, anche per poterle ripetere nella diversa parte della nostra Nazione, permettendo alle persone di usufruire di una Palestra ben attrezzata e di un insegnante competente nelle vicinanze del luogo dove abitano.

STUDIO DI EDUCAZIONE FISICA "TRA CORPO E MENTE"

Via Sette Ponti, 11D - 50066 Reggello (FI)

Per informazioni: Gabriele 328 7574385 / 393 7818109