



FASCIA-DAY

Lugano
09.07.2021

Programma FASCIA DAY LUGANO

08:15-09:00 **Registrazione partecipanti workshop**

09:00-10:30 **Argomento: 'Che cos'è la fascia'**

- Definizione del termine 'Fascia'
- Anatomia macroscopica e microscopica
- Fisiologia della fascia
- Vari strati della fascia (superficiale, profonda, viscerale)
- Funzione/compiti della fascia nel corpo umano
- L'influenza degli ormoni e della nutrizione sulla fascia

10:30-11:00 **Pausa caffè**

11:00-12:30 **Argomento: 'Fascia e dolore'**

- Influenza dei meccanocettori
- Influenza dei nocicettori
- Influenza del sistema nervoso autonomo
- Fascia come organo sensoriale

12:30-13:30 **Pausa Pranzo**

13:30 -16:00 **Argomento: 'Come curare la fascia'**

- Il ruolo del movimento
- Il ruolo delle terapie manuali
- I vari metodi di terapia della fascia
- La Manipolazione Fasciale

16:00 **Fine Workshop**