

Certificat

Systeme Fascial





Certificat

Système Fascial

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/cours/systeme-fascial

Sommaire

01

Présentation

Page 4

02

Objectifs

Page 8

03

Direction de la formation

Page 12

04

Structure et contenu

Page 18

05

Méthodologie

Page 22

06

Diplôme

Page 30

01 Présentation

Dans la pratique du Yoga Thérapeutique, le Système Fascial peut être particulièrement important dans les postures qui impliquent un étirement profond et soutenu, comme l'ouverture des hanches et les Asanas de torsion. C'est pourquoi, si un instructeur de cette activité ne comprend pas comment cet appareil affecte la posture et le mouvement, il peut courir le risque d'enseigner des positions de manière incorrecte, entraînant des blessures pour les pratiquants. C'est dans cette optique que TECH a mis au point un programme axé sur la formation didactique des professionnels dans ce domaine, et ce, 100% en ligne, ce qui leur permettra de mieux maîtriser leur temps.



“

C'est le seul Certificat qui vous permettra d'augmenter vos perspectives d'emploi et de vous distinguer en tant que spécialiste du Système Fascial"

Actuellement, le Yoga s'est positionné comme une pratique populaire et de plus en plus de personnes se joignent à cette activité pour améliorer leur qualité de vie. C'est pourquoi il est important que les professionnels de ce domaine aient une connaissance approfondie du Système Fascial, car il est essentiel pour comprendre la relation entre les différentes parties du corps et son influence sur le déploiement physique comme l'étirement et les contractions.

C'est pourquoi ce Certificat se présente comme un outil fondamental permettant aux instructeurs de Yoga d'approfondir leurs connaissances et, ainsi, d'offrir à leurs élèves une expérience plus enrichissante. De plus, ils disposeront d'un groupe de professeurs sélectionnés, composé d'experts prestigieux dans le domaine, qui leur transmettront l'image réelle de cette profession à travers des exercices proposés avec la méthodologie *Relearning*.

Ainsi, grâce à l'étude de ce programme, les étudiants seront en mesure d'identifier les principaux déséquilibres qui peuvent affecter l'exécution des postures et la façon de les résoudre grâce à des techniques spécifiques. Ils étudieront également en profondeur les lignes fonctionnelles et de bras, ainsi que les lignes superficielles latérales, spirales, postérieures et antérieures.

Tous ces contenus seront hébergés sur le campus virtuel, accessible depuis n'importe quel appareil disposant d'une connexion internet, évitant ainsi les déplacements inutiles vers les centres sur place. Un autre avantage de ce programme est que le matériel académique peut être téléchargé, ce qui permet de le consulter même en mode *offline*.

Ce **Certificat en Système Fascial** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement d'études de cas pratiques présentées par des experts en Système Fascial
- ◆ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ◆ Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ◆ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ◆ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ◆ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



Suivez cette formation au moment qui vous convient, sans perturber les aspects personnels de votre vie"

“

Une fois que vous aurez obtenu ce Certificat, vous pourrez vous vanter d'avoir suivi une formation auprès de la plus grande université numérique du monde"

Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme académique. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Apprenez à votre rythme et sans avoir à vous déplacer dans un centre d'apprentissage.

Vous découvrirez l'importance du Système Fascial, ainsi que son application dans le monde du Yoga Thérapeutique.



02 Objectifs

L'objectif principal pour lequel ce Certificat a été conçu est d'offrir à ses participants une formation complète et immersive sur les aspects pratiques qui sont englobés autour du Système Fascial. En outre, il cherche à approfondir les fonctions qu'il remplit dans le corps humain et les postures les plus appropriées qui peuvent être effectuées avec lui, assurant l'obtention d'une plus grande flexibilité. Afin d'acquérir ces connaissances, l'étudiant sera confronté à divers exercices pratiques développés avec la méthodologie *Relearning*.





“

En savoir plus sur la Fascia vous permettra d'organiser des cours plus efficaces et d'éviter tout type de blessure"



Objectifs généraux

- ♦ Intégrer les connaissances et les compétences nécessaires au développement et à l'application corrects des techniques de thérapie par le Yoga d'un point de vue clinique
- ♦ Créer un programme de Yoga conçu et fondé sur des preuves scientifiques
- ♦ Approfondir les asanas les plus appropriées en fonction des caractéristiques de la personne et des blessures qu'elle présente
- ♦ Approfondir les études sur la biomécanique et son application aux asanas du Yoga Thérapeutique
- ♦ Décrire l'adaptation des asanas de Yoga aux pathologies de chaque personne
- ♦ Étudier en profondeur les bases Neurophysiologiques des techniques de méditation et de Relaxation existantes

“

Vous apprendrez en détail les caractéristiques de chaque partie du Système Fascial et, grâce à cette compréhension, vous deviendrez un spécialiste dans ce domaine”





Objectifs spécifiques

- ◆ Approfondir l'histoire et le concept du fascia, et son importance dans la pratique du yoga
- ◆ Approfondir les différents types de mécanorécepteurs dans le fascia et comment les appliquer dans les différents styles de yoga
- ◆ Souligner la nécessité d'appliquer le terme de fascia dans les cours de yoga pour une pratique plus efficace et plus consciente
- ◆ Explorer l'origine et le développement du terme tenségrité, et son application dans la pratique du yoga
- ◆ Identifier les différentes chaînes myofasciales et les postures spécifiques à chacune d'entre elles
- ◆ Appliquer la biomécanique des fascias dans la pratique du yoga pour améliorer la mobilité, la force et la flexibilité
- ◆ Identifier les principaux déséquilibres posturaux et comment les corriger par la pratique du yoga et la biomécanique du fascia

03

Direction de la formation

Dans son engagement à offrir un enseignement de qualité et à donner à ses étudiants l'accès aux contenus les plus récents, TECH a soigneusement sélectionné le personnel enseignant pour ce programme. Ainsi, les étudiants apprendront en profondeur les fonctions assurées par le Système Fascial et les parties qui s'assemblent dans l'exécution des asanas de Yoga. En outre, ils apprendront de première main les exigences qui existent dans ce secteur, dans le but de renforcer les compétences qui y sont les plus nécessaires.





“

Avec l'aide des meilleurs professionnels, vous recevrez une formation complète et dynamique qui assurera votre réussite professionnelle"

Directrice Internationale Invitée

En tant que **directrice des enseignants et responsable de la formation** des instructeurs à l'Integral Yoga Institute de New York, Dianne Galliano est l'une des personnalités les plus en vue dans ce domaine au niveau international. Son travail académique s'est principalement concentré sur le **yoga thérapeutique**, avec plus de 6.000 heures documentées d'enseignement et de formation continue.

Son travail comprend le mentorat, l'élaboration de protocoles et de critères de formation et la formation continue des instructeurs de l'Integral Yoga Institute. Elle combine ce travail avec son rôle de thérapeute et d'institutrice dans d'autres institutions telles que le 14TH Street Y, l'Integral Yoga Institute Wellness Spa et l'Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Son travail s'étend également à la **création et à la direction de programmes de yoga**, à l'élaboration d'exercices et à l'évaluation des difficultés qui peuvent survenir. Tout au long de sa carrière, elle a travaillé avec des profils de personnes très différents, notamment des hommes et des femmes âgés ou d'âge moyen, des personnes en période prénatale ou postnatale, des jeunes adultes et même des vétérans de guerre souffrant de divers problèmes de santé physique et mentale.

Pour chacun d'entre eux, elle effectue un travail minutieux et personnalisé, ayant traité des personnes souffrant d'ostéoporose, se remettant d'une opération cardiaque ou d'un cancer du sein, souffrant de vertiges, de douleurs dorsales, du Syndrome de l'Intestin Irritable et d'Obésité. Elle est titulaire de plusieurs certifications, dont E-RYT 500 de Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) d'American Health Training et Certified Exercise Instructor du Somatic Movement Centre.



Mme Galliano, Dianne

- Instructrice de Yoga Thérapeutique au 14TH Street Y
- Thérapeute en Yoga à l'Integral Yoga Institute Wellness Spa à New York City
- Instructrice Thérapeutique à l'Educational Alliance : Center for Balanced Living
- Licence en Éducation Élémentaire de l'Université de l'État de New York
- Master en Yoga thérapeutique de l'Université du Maryland

“

Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde"

Direction



Mme Escalona García, Zoraida

- ♦ Vice-présidente de l'Association Espagnole de Yoga Thérapeutique
- ♦ Fondatrice de la méthode Air Core (cours combinant TRX et Functional Training avec le Yoga)
- ♦ Formatrice en Yoga Thérapeutique
- ♦ Licenciée en Sciences Biologiques, Université Autonome de Madrid
- ♦ Cours de Professeur de: Ashtanga Yoga Progressif, FisiomYoga, Yoga Myofascial, Yoga et Cancer
- ♦ Cours d'Instructeur de Pilates au Sol
- ♦ Cours de Phytothérapie et de Nutrition
- ♦ Cours de Professeur de Méditation

Professeurs

M. Losada, Óscar

- ♦ Professeur de Vinyasa Yoga et *Power Yoga* et Ostéopathe au centre El Árbol de la Vida
- ♦ Formateur de Vinyasa Yoga et Coach de Yoga à l'Institut Européen de Yoga (IEY), Madrid
- ♦ Formateur de Yin Yoga à l'IEY, Barcelone
- ♦ Professeur de Vinyasa Yoga et *Power Yoga* à Gimnasio Fitness, Madrid
- ♦ Ostéopathe et Masseur Sportif à Gimnasio Fitness, Madrid
- ♦ Spécialiste en Rocket Yoga à l'IEY Huelva
- ♦ Spécialiste en Yoga Thérapeutique, Yin Yoga et Fascia Yoga pour IEY Huelva
- ♦ Spécialiste en Yoga pour Enfants par IEY Alicante
- ♦ Ostéopathe Structurel II par Kabat
- ♦ Massage Sportif et Chiromassage par Orthos



04

Structure et contenu

Les contenus académiques qui font partie de ce programme ont été développés par les meilleurs experts dans le domaine. De cette façon, les étudiants obtiendront une vision plus large des fonctions du Système Fascial, ce qui leur permettra de générer de nouvelles routines dans leurs sessions pratiques. Tout ce conglomérat informatif sera présenté à travers des ressources audiovisuelles, des lectures complémentaires et des exercices pratiques basés sur la méthodologie *Relearning*.



“

En plus d'un vaste contenu informatif, ce programme offre les matériaux les plus innovants créés à l'aide des technologies les plus récentes"

Module 1. Système fascial

- 1.1. Fascia
 - 1.1.1. Histoire
 - 1.1.2. Fascia vs. Aponévrose
 - 1.1.3. Types
 - 1.1.4. Fonctions
- 1.2. Types de mécanorécepteurs et leur importance dans les différents styles de Yoga
 - 1.2.1. Importance
 - 1.2.2. Golgi
 - 1.2.3. Paccini
 - 1.2.4. Ruffini
- 1.3. Chaînes Myofasciales
 - 1.3.1. Définition
 - 1.3.2. Importance dans le Yoga
 - 1.3.3. Concept de tenségrité
 - 1.3.4. Les trois diaphragmes
- 1.4. LPS: La ligne postérieure superficielle
 - 1.4.1. Définition
 - 1.4.2. Voies anatomiques
 - 1.4.3. Postures passives
 - 1.4.4. Postures actives
- 1.5. LAS: ligne antérieure superficielle
 - 1.5.1. Définition
 - 1.5.2. Voies anatomiques
 - 1.5.3. Postures passives
 - 1.5.4. Postures actives
- 1.6. LL: ligne latérale
 - 1.6.1. Définition
 - 1.6.2. Voies anatomiques
 - 1.6.3. Postures passives
 - 1.6.4. Postures actives





- 1.7. LS: ligne en spirale
 - 1.7.1. Définition
 - 1.7.2. Voies anatomiques
 - 1.7.3. Postures passives
 - 1.7.4. Postures actives
- 1.8. Lignes fonctionnelles
 - 1.8.1. Définition
 - 1.8.2. Voies anatomiques
 - 1.8.3. Postures passives
 - 1.8.4. Postures actives
- 1.9. Lignes de bras
 - 1.9.1. Définition
 - 1.9.2. Voies anatomiques
 - 1.9.3. Postures passives
 - 1.9.4. Postures actives
- 1.10. Principaux déséquilibres
 - 1.10.1. Modèle idéal
 - 1.10.2. Groupe de flexion et d'extension
 - 1.10.3. Groupe d'ouverture et de fermeture
 - 1.10.4. Schéma inspiratoire et expiratoire



Ce Certificat est l'occasion que vous attendiez pour mettre à jour vos connaissances sur le Système Fascial et son application au Yoga Thérapeutique"

05 Méthodologie

Ce programme propose une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **Le Relearning**.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.





“

Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”

À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Le programme offre une méthode révolutionnaire de développement des compétences et des connaissances. Notre objectif est de renforcer les compétences dans un contexte changeant, compétitif et hautement exigeant.

“

Avec TECH, vous pourrez découvrir une façon d'apprendre qui fait avancer les fondations des universités traditionnelles du monde entier”



Vous bénéficierez d'un système d'apprentissage basé sur la répétition, avec un enseignement naturel et progressif sur l'ensemble du cursus.



L'étudiant apprendra, par des activités collaboratives et des cas réels, à résoudre des situations complexes dans des environnements commerciaux réels.

Une méthode d'apprentissage innovante et différente

Cette formation TECH est un programme d'enseignement intensif, créé de toutes pièces, qui propose les défis et les décisions les plus exigeants dans ce domaine, tant au niveau national qu'international. Grâce à cette méthodologie, l'épanouissement personnel et professionnel est stimulé, faisant ainsi un pas décisif vers la réussite. La méthode des cas, technique qui constitue la base de ce contenu, permet de suivre la réalité économique, sociale et professionnelle la plus actuelle.

“*Nous sommes la seule université en ligne qui propose des documents de Harvard comme matériel pédagogique dans ses cours*”

La méthode des cas a été le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures facultés du monde. Développée en 1912 à Harvard pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas uniquement sur la base d'un contenu théorique, la méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour que les apprenants s'entraînent à les résoudre et à prendre des décisions. En 1924, elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard.

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? C'est la question à laquelle nous vous confrontons dans la méthode des cas, une méthode d'apprentissage orientée vers l'action. Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas réels. Ils devront intégrer toutes leurs connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre leurs idées et leurs décisions.

Relearning Methodology

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.

En 2019, nous avons obtenu les meilleurs résultats d'apprentissage de toutes les universités en ligne du monde.

À TECH, vous apprenez avec une méthodologie de pointe conçue pour former les managers du futur. Cette méthode, à la pointe de la pédagogie mondiale, est appelée Relearning.

Notre université est la seule université hispanophone autorisée à utiliser cette méthode efficace. En 2019, nous avons réussi à améliorer les niveaux de satisfaction globale de nos étudiants (qualité de l'enseignement, qualité des supports, structure des cours, objectifs...) par rapport aux indicateurs de la meilleure université en ligne.





Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique. Cette méthodologie a permis de former plus de 650.000 diplômés universitaires avec un succès sans précédent dans des domaines aussi divers que la biochimie, la génétique, la chirurgie, le droit international, les compétences en gestion, les sciences du sport, la philosophie, le droit, l'ingénierie, le journalisme, l'histoire, les marchés financiers et les instruments. Tout cela dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.

D'après les dernières données scientifiques dans le domaine des neurosciences, non seulement nous savons comment organiser les informations, les idées, les images et les souvenirs, mais nous savons aussi que le lieu et le contexte dans lesquels nous avons appris quelque chose sont fondamentaux pour notre capacité à nous en souvenir et à le stocker dans l'hippocampe, pour le conserver dans notre mémoire à long terme.

De cette façon, et dans ce que l'on appelle Neurocognitive context-dependent e-learning les différents éléments de notre programme sont liés au contexte dans lequel le participant développe sa pratique professionnelle.

Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert.

La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



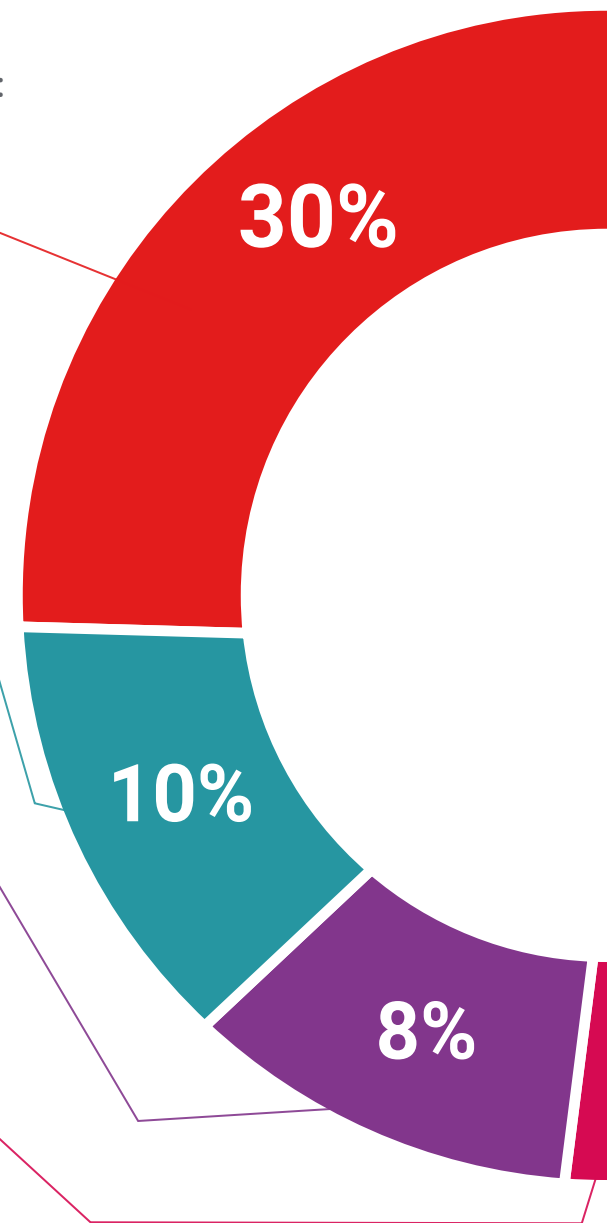
Pratique des aptitudes et des compétences

Ils réaliseront des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques pour acquérir et développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit développer dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





Case Studies

Ils réaliseront une sélection des meilleures études de cas choisies spécifiquement pour ce diplôme. Des cas présentés, analysés et tutorés par les meilleurs spécialistes de la scène internationale.



Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



06 Diplôme

Le Certificat en Système Fascial vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès
et recevez votre diplôme sans avoir à
vous soucier des déplacements ou des
formalités administratives”*

Ce **Certificat en Système Fascial** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Système Fascial**

N° d'heures officielles: **150 h.**



future
santé confiance personnes
éducation information tuteurs
garantie accréditation enseignement
institutions technologie apprentissage
communauté engagement
service personnalisé innovation
connaissance présent qualité
en ligne formation
développement institutions
classe virtuelle langues

tech université
technologique

Certificat

Système Fascial

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat

Systeme Fascial

