



Metodo La Torre - Percorso Completo

La fisioterapia contemporanea non può più prescindere da una **comprensione profonda e integrata del respiro**, della postura, delle pressioni corporee e della centralità del pavimento pelvico.

Il **Metodo La Torre** nasce dall'esperienza clinica e formativa ultra-trentennale di Loredana La Torre, pioniera della riabilitazione pelvica in Italia, ideatrice dei **metodi DEVIS** (Decompressione Viscerale) e **REP³** (Rotazioni, Equilibrio, Pressioni, Perineo, Postura).

Questo corso non è solo un percorso formativo, ma un'**esperienza trasformativa**: un laboratorio corporeo dove movimento, respiro e consapevolezza si intrecciano in un approccio terapeutico profondo e innovativo.

Il corpo viene esplorato in ogni sua dimensione – **strutturale, viscerale, fasciale, respiratoria e sensoriale** – attraverso un equilibrio costante tra teoria e pratica, tra esperienza e precisione tecnica.

PROGRAMMA DETTAGLIATO

Week-end 1: Respirazione Consapevole

1° Giorno

- 09:00 – 09:30 | Conoscersi attraverso il movimento respiratorio
- 09:30 – 10:30 | Consapevolezza, attenzione, percezione, cambiamento del respiro
- 10:30 – 11:00 | Respirazione e funzione
- 11:00 – 11:15 | Pausa caffè
- 11:15 – 11:45 | I contenitori
- 11:45 – 12:45 | Testa, gabbia toracica, pelvi
- 12:45 – 13:45 | Pausa pranzo
- 13:45 – 14:30 | Postura e respirazione – laboratorio pratico
- 14:30 – 15:15 | Il ruolo del ponte scheletrico – laboratorio pratico
- 15:15 – 15:45 | Lo scheletro della respirazione
- 15:45 – 16:00 | Pausa caffè
- 16:00 – 16:30 | Flessibilità delle costole – laboratorio pratico
- 16:30 – 17:00 | I visceri della respirazione
- 17:00 – 17:30 | Vie nasali, trachea, bronchi, bronchioli – laboratorio pratico
- 17:30 – 18:00 | Prana apana

2° Giorno

- 09:00 – 10:00 | Tessuto fasciale
- 10:00 – 10:45 | Fascia, polmone e gabbia toracica – laboratorio pratico
- 10:45 – 11:30 | Muscoli inspiratori della gabbia toracica – laboratorio pratico
- 11:30 – 11:45 | Pausa caffè
- 11:45 – 12:30 | Muscoli inspiratori del collo – laboratorio pratico
- 12:30 – 13:15 | Diaframma toracico, respiro verticale e bolla viscerale – laboratorio pratico
- 13:15 – 14:15 | Pausa pranzo
- 14:15 – 15:00 | Respirazione toracica, tridimensionale, paradossale – laboratorio VRI
- 15:00 – 15:30 | Ujjayi – respiro vittorioso – laboratorio pratico
- 15:30 – 16:00 | Catene di pressione – laboratorio pratico
- 16:00 – 16:30 | Muscoli espiratori – laboratorio VRE
- 16:30 – 16:45 | Pausa caffè
- 16:45 – 17:30 | Muscoli espiratori e postura – laboratorio pratico
- 17:30 – 18:00 | Muscoli espiratori e diaframma pelvico – laboratorio pratico

Week-end 2: Metodo De Vis

3° Giorno

- 09:00 – 09:30 | Perché Devis: attenzione, consapevolezza, percezione
- 09:30 – 10:00 | Pressione e decompressione
- 10:00 – 10:30 | Tessuto duro e morbido: contenuto e contenitore
- 10:30 – 11:00 | Tatto, spazi, diametri, forma e funzione
- 11:00 – 11:15 | Pausa caffè
- 11:15 – 11:45 | Ponte sensoriale mente-corpo, volumi, respirazione, voce
- 11:45 – 12:15 | Le parole chiave
- 12:15 – 13:00 | Respirazione paradossale, manovra di Valsalva
- 13:00 – 14:00 | Pausa pranzo
- 14:00 – 15:00 | Il trampolino pelvico
- 15:00 – 15:30 | I diaframmi: toracico, pelvico, vocale
- 15:30 – 16:00 | Tensegrità, ossa sospese – laboratorio pratico
- 16:00 – 16:15 | Pausa caffè
- 16:15 – 16:45 | Gravità e respirazione – laboratorio pratico
- 16:45 – 17:15 | Sbagliamo per imparare
- 17:15 – 18:00 | Laboratori pratici esperienziali

4° Giorno

- 09:00 – 09:45 | Bacino superiore, medio, inferiore – laboratorio pratico
- 09:45 – 10:15 | Anatomia del bacino – laboratorio pratico
- 10:15 – 11:00 | Scheletro del rombo perineale – laboratorio pratico
- 11:00 – 11:15 | Pausa caffè
- 11:15 – 12:15 | Ischio, pube, coccige – laboratorio pratico
- 12:15 – 12:45 | Sfinteri – laboratorio pratico
- 12:45 – 13:15 | Il piede e il trampolino pelvico
- 13:15 – 14:15 | Pausa pranzo
- 14:15 – 14:45 | Il radicamento e le pressioni periferiche
- 14:45 – 15:15 | Contrazione viscerale ascendente – laboratorio pratico
- 15:15 – 15:45 | Postura declive e differenziazione neurologica
- 15:45 – 16:00 | Pausa caffè
- 16:00 – 16:30 | Lifting del polmone – sottovuoto fisiologico
- 16:30 – 17:00 | Attivazione catene respiratorie e radicamento

Week-end 3: REP3

5° Giorno

- 09:00 – 09:30 | Introduzione al metodo REP3
- 09:30 – 10:30 | Movimenti rotatori della colonna vertebrale
- 10:30 – 11:00 | Testa, braccia e colonna
- 11:00 – 11:15 | Pausa caffè
- 11:15 – 11:45 | Coxo-femorali, bacino e colonna lombare
- 11:45 – 12:15 | Scapole, spalle, anche – libertà articolare
- 12:15 – 12:45 | Pelvi in rotazione
- 12:45 – 13:15 | Lavoro sul grande obliquo
- 13:15 – 14:15 | Pausa pranzo
- 14:15 – 14:45 | Attivazione del piccolo obliquo
- 14:45 – 15:15 | Pressione del piede e orologio pelvico
- 15:15 – 15:45 | Decompressione e rotazione
- 15:45 – 16:00 | Pausa caffè
- 16:00 – 17:00 | Trampolino pelvico nelle rotazioni
- 17:00 – 18:00 | Sfinteri e dita della mano – connessione

6° Giorno

- 09:00 – 09:30 | Perineo elastico e vigile
- 09:30 – 10:00 | Connessioni: piedi-core, mani-core, bacino-colonna, respiro
- 10:00 – 10:45 | Mutanda addomino-pelvica in decubito laterale
- 10:45 – 11:00 | Pausa caffè
- 11:00 – 12:00 | Contrazione viscerale ascendente – decubito laterale
- 12:00 – 13:00 | Allineamento, respirazione, rotazione – decubito laterale
- 13:00 – 14:00 | Pausa pranzo
- 14:00 – 14:30 | Postura declive e rotazione
- 14:30 – 15:30 | Lifting del polmone e pavimento pelvico
- 15:30 – 16:00 | Fascia in rotazione, coordinazione, equilibrio
- 16:00 – 16:30 | Respirazione a costole aperte in rotazione
- 16:30 – 16:45 | Pausa caffè
- 16:45 – 17:15 | Tavole oscillanti ed equilibrio
- 17:15 – 17:30 | Rotazione nei cambi posturali
- 17:30 – 18:00 | Costruzione lezione REP3

Struttura del corso

Il Metodo La Torre nasce dall'esperienza clinica e formativa ultra-trentennale di Loredana La Torre, pioniera della riabilitazione pelvica in Italia, ideatrice dei metodi DEVIS (Decompressione Viscerale) e REP³ (Rotazioni, Equilibrio, Pressioni, Perineo, Postura).

La formazione si sviluppa su **6 giornate in presenza divise in 3 moduli**.

A supporto della formazione, il partecipante avrà accesso a **materiale di studio online** selezionato e fornito dal docente.

A chi è aperto il corso

La formazione è aperta alle seguenti figure professionali:

- **Fisioterapisti**
- **Studenti del 3° Anno del CdL**
- **Medici**

Accreditamento ECM

Il partecipante potrà ottenere l'attestato ECM con i relativi crediti formativi solo se avrà frequentato almeno il 90% delle ore di formazione.

Per qualsiasi informazione riguardante i crediti ECM, i partecipanti sono invitati a rivolgersi esclusivamente a New Master.

Costi e Promozioni

Il costo della formazione è pari a 802,00€.

Il partecipante potrà acquistare il corso con una comoda **rateizzazione suddivisa in Acconto + Saldo**.

L' Acconto dovrà essere versato al momento dell'iscrizione, mentre il Saldo dovrà essere saldato entro 7 giorni dalla data di inizio del corso.

Gli studenti ed i neolaureati hanno uno sconto riservato su tutti i corsi presenti nel nostro calendario.

Su questo percorso puoi trovare anche **promozioni early-bird** e promozioni dedicate ai nostri partner.

Politica di Rimborso

L'iscrizione al corso è non rimborsabile, salvo in caso di annullamento del corso stesso.

Il partecipante regolarmente iscritto che intende ritirarsi dal corso **potrà farlo entro 30 giorni dalla data di inizio**, inviando una comunicazione scritta via e-mail a **infosito@newmaster.it**.

In questo caso, verranno trattenuti 25€ per coprire i costi di segreteria e le spese bancarie, mentre il resto della quota verrà rimborsato.

In assenza di tale comunicazione entro il termine indicato, il partecipante sarà tenuto a corrispondere l'intero importo della quota di partecipazione.