

MODULE ANATOMIE 40h

Première année 20h

- ◆ Séance n° 1 :
 - * Bases de l'analyse anatomiste
 - * Les forces de la motricité

- ◆ Séance n° 2
 - * Le membre inférieur
 - * La région pelvienne

- ◆ Séance n° 3 :
 - * L'abdomen
 - * Le thorax

- ◆ Séance n° 4 :
 - * Le cou et la tête
 - * Le membre supérieur
 - * Révisions de l'ensemble de la myologie

Deuxième année 20h

- ◆ Séance n° 1 :
 - * Le système myofascial et les chaînes musculaires

- ◆ Séance n° 2 :
 - * Le système respiratoire
 - * Biomécanique du souffle

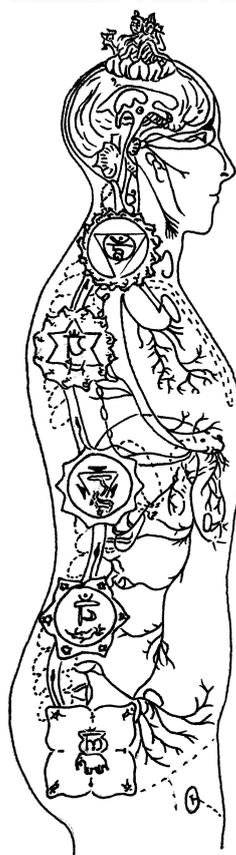


◆ Séance n° 3 :

- * Méridiens énergétiques selon la M.T.C.
- * Le système nerveux

◆ Séance n° 4 :

- * le système digestif
- * Le système cardio vasculaire
- * Synthèse globale



Ashtanga Vinyasa