

# Certificación Cadenas Musculares

Anatomía ∞ Fisiología ∞ Ejercicios físicos y psico-comportamentales

Cada seminario de la Certificación está compuesto por 3 módulos:

- Psicoemocional incluye ejercicios psicocomportamentales
- 2. Biomecánica humana
- 3. Ejercicios físicos para equilibrar cada cadena



Certificación avalada por la Asociación Española de Yoga Terapéutico

# 80 horas de clases de teoría y práctica

EL ACCESO A TODAS LAS CLASES ES INDEFINIDO

No se requiere ningún conocimiento previo

Todas las clases están en calidad HD Nuestra plataforma no requiere ninguna instalación ni conocimiento en informática



# Impartido por: Or Haleluiya y Álex Monasterio

### ÁLEX MONASTERIO

- Fisioterapeuta, Osteópata y Posturólgo
- Profesor universitario
- Corrector científico de libros de yoga
- Autor del libro "Columna Sana" (traducido también al ruso)

#### OR HALELUIYA

- Presidenta de la AEYT (Asoc. Española de Yoga Terapéutico)
- Máster en psicología (UAB)
- Acupuntora
- Escritora regular en la revista Cuerpo Mente



# 1er SEMINARIO: INTRODUCCIÓN

- Una fascinante introducción al nacimiento del concepto de Cadenas Musculares (Historia)
- Cuestiones relevantes de las diferentes métodos internacionales de Cadenas Musculares
- Bases fundamentales de las Cadenas Musculares
- El enfoque terapéutico de las Cadenas Musculares
- El control y relaciones entre las Cadenas Musculares
- Excesos y candados
- Definición de Acción Principal, Centro tensional y Dominancia
- Factores determinantes en las Desalineaciones Biomecánicas
- Los principios fundamentales de Cadenas Musculares Fisiom
- Los arquetipos y su relación
- Postura ideal y sus significado para la salud musculoesquelética
- Las necesidades humanas principales
- Cómo profesionalizar tus clases
- Las emociones y las Cadenas Musculares

Todas las clases de la biomecánica humana están estudiadas con imágenes propias, radiografías, fotos reales de alumnos y pacientes del centro Fisiom.

Los módulos están acompañados con un dosier completo que te serviría como material visual de altísima calidad para enseñar a tus propios alumnos.

Cada dosier incluye imágenes de color y además, ejercicios prácticos y útiles para mejorar la tensión acumulada en cada cadena muscular.





# 2º SEMINARIO: CADENA - CIERRE

# Módulo Psico-comportamental

- El arquetipo de la Cadena Muscular Cierre
- Rasgos de personalidad y sus implicaciones en la salud psicoemocional (cuando está en equilibrio y cuando no)
- Sus necesidades humanas principales
- Sus posibles creencias detrás del telón
- Sus emociones principales
- Sus miedos y pasiones principales
- Su desequilibrio psicoemocional
- Preguntas exploradoras para reconocer esta actitud en ti y en tus alumnos
- Sentir la cadena Ejercicio para sentir físicamente cada cadena muscular y su actitud psicocomportamental
- Método Paso a Paso para equilibrar la esfera psicoemocional
- Ejercicios psicocomportamentales concretes para conseguir el equilibrio

#### Módulo Biomecánica

- Acción Principal, Centro tensional y Dominancia
- Anatomía de todo el recorrido de la Cadena Muscular
- Signos excesivos y candados en la cadena de Cierre
- Atrapamiento del cuerpo en la cadena
- Posición pélvica
- La reacción muscular ante el desplome de la pierna
- Práctica de ejercicios físicos recomendados para equilibrar las tensiones acumuladas en esta Cadena Muscular
- Razones por las que se desarrollan una tensión excesiva en esta Cadena Muscular
- Desalineaciones Biomecánicas relacionadas con esta Cadena Muscular

# Módulo PRÁCTICA

Ejercicios físicos cuyos su objetivo es equilibrar la tensión acumulada en cada cadena muscular.



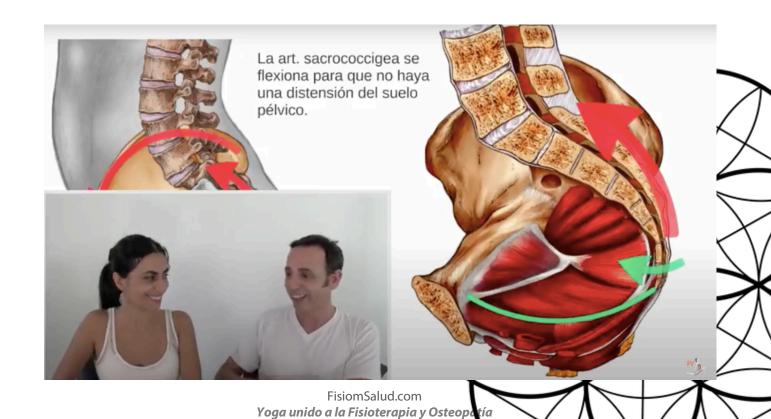
Patologías y lesiones comunes relacionadas con esta Cadena Muscular

- FALSO GENU VALGO DE RODILLA
- FALSO VALGO DE PIE
- CONDROMALACIA ROTULIANA
- ESCAPULAS «ALATAS»
- ROTURA DE LA PERCHA OMO-HUMERO
- TENDENITIS DEL SUPRA ESPINOSO
- ARTROSIS DE HOMBRO
- ROTACIÓN INTERNA DE CADERA
- PIE PLANO

Las patologías y lesiones y cómo abordarlas desde el ejercicio físico se estudian a fondo en la Certificación de Lesiones y Patologías, conjuntamente con el Método PASO A PASO de Fisiom.

En esta Certificación – Cadenas Musculares y Desalineaciones Biomecánicas – se estudian las lesiones y patologías que generan las propias desalineaciones causadas por el exceso tensional en las cadenas Musculares.

No se duplica el contenido. Cada Certificación aborda diferentes temas importantes para la salud.



# Fisiom

# 3er SEMINARIO: APERTURA

### Módulo Psico-comportamental

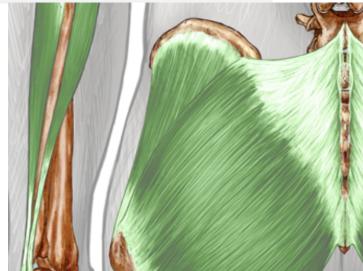
- El arquetipo de la Cadena Muscular *Apertura*
- Rasgos de personalidad y sus implicaciones en la salud psicoemocional (cuando está en equilibrio y cuando no)
- Sus necesidades humanas principales
- Sus posibles creencias detrás del telón
- Sus Emociones principales
- Sus miedos y pasiones principales
- Su desequilibrio
- Preguntas exploradoras para reconocer esta actitud en ti y en tus alumnos
- Sentir la cadena Ejercicio para sentir
   físicamente cada cadena muscular y su actitud psicocomportamental
- Método Paso a Paso para equilibrar la esfera psicoemocional
- Ejercicios psicocomportamentales concretes para conseguir el equilibrio

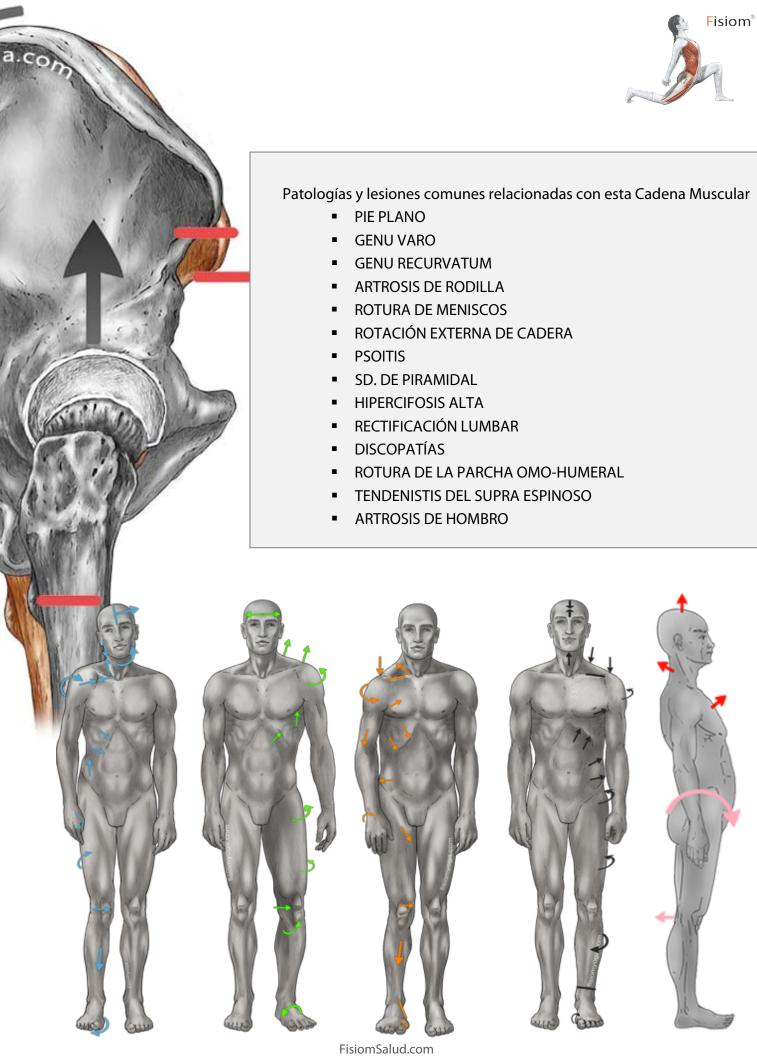
# Módulo Biomecánica

- Acción Principal, Centro tensional y Dominancia
- Anatomía de todo el recorrido de la Cadena Muscular
- Signos excesivos y candados en la cadena de Apertura
- Atrapamiento del cuerpo en la cadena
- Práctica de ejercicios físicos recomendados para equilibrar las tensiones acumuladas en esta Cadena Muscular
- Razones por las que se desarrollan una tensión excesiva en esta Cadena Muscular
- Desalineaciones Biomecánicas relacionadas con esta Cadena Muscular

# Módulo PRÁCTICA

Ejercicios físicos cuyos su objetivo es equilibrar la tensión acumulada en cada cadena muscular.





Yoga unido a la Fisioterapia y Osteopatía



# 4º SEMINARIO: RETROPULSIÓN

### Módulo Psico-comportamental

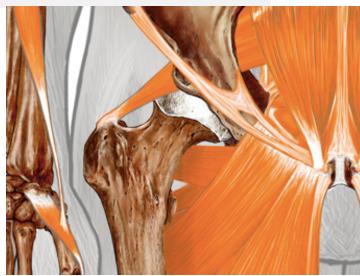
- El arquetipo de la Cadena Muscular **Retropulsión**
- Rasgos de personalidad y sus implicaciones en la salud psicoemocional (cuando está en equilibrio y cuando no)
- Sus necesidades humanas principales
- Sus posibles creencias detrás del telón
- Sus Emociones principales
- Sus miedos y pasiones principales
- Su deseguilibrio
- Preguntas exploradoras para reconocer esta actitud en ti y en tus alumnos
- Sentir la cadena Ejercicio para sentir **físicamente** cada cadena muscular y su actitud psicocomportamental
- Método Paso a Paso para equilibrar la esfera psicoemocional
- Ejercicios psicocomportamentales concretes para conseguir el equilibrio



- Acción Principal, Centro tensional y Dominancia
- Anatomía de todo el recorrido de la Cadena Muscular
- Signos excesivos y candados en la cadena de *Apertura*
- Atrapamiento del cuerpo en la cadena
- Práctica de ejercicios físicos recomendados para equilibrar las tensiones acumuladas en esta Cadena Muscular
- Razones por las que se desarrollan una tensión excesiva en esta Cadena Muscular
- Desalineaciones Biomecánicas relacionadas con esta Cadena Muscular

Patologías y lesiones comunes relacionadas con esta Cadena Muscular

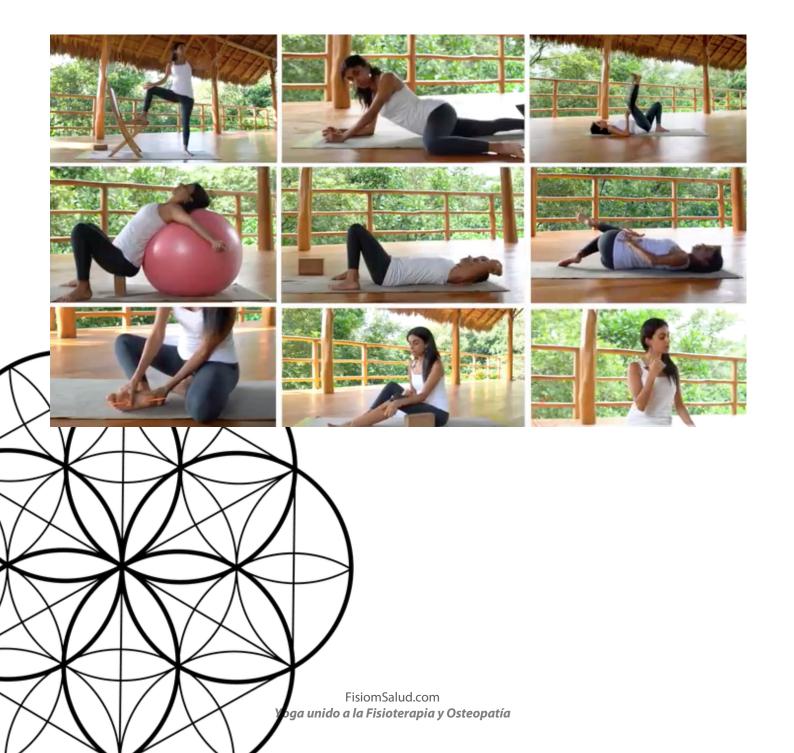
- GENU FLEXUM
- CONDROMALACIA ROTULIANA
- HIPERCIFOSIS
- DISCOPATÍAS LUMBARES Y CERVICALES
- PSOITIS
- DISFUNCIONES EN LA ATM
- BLOQUEO EXHALATORIO DEL TÓRAX





# Módulo PRÁCTICA

Ejercicios físicos cuyos su objetivo es equilibrar la tensión acumulada en cada cadena muscular.

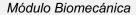




# 5º SEMINARIO: ANTEPULSIÓN

#### Módulo Psico-comportamental

- El arquetipo de la Cadena Muscular Antepulsión
- Rasgos de personalidad y sus implicaciones en la salud psicoemocional (cuando está en equilibrio y cuando no)
- Sus necesidades humanas principales
- Sus posibles creencias detrás del telón
- Sus Emociones principales
- Sus miedos y pasiones principales
- Su desequilibrio
- Preguntas exploradoras para reconocer esta actitud en ti y en tus alumnos
- Sentir la cadena Ejercicio para sentir físicamente cada cadena muscular y su actitud psicocomportamental
- Método Paso a Paso para e quilibrar la esfera psicoemocional
- Ejercicios psicocomportamentales concretes para conseguir el equilibrio



- Acción Principal, Centro tensional y Dominancia
- Anatomía de todo el recorrido de la Cadena Muscular
- Signos excesivos y candados en la cadena de **Apertura**
- Atrapamiento del cuerpo en la cadena
- Práctica de ejercicios físicos recomendados para equilibrar las tensiones acumuladas en esta Cadena Muscular
- Razones por las que se desarrollan una tensión excesiva en esta Cadena Muscular
- Desalineaciones Biomecánicas relacionadas con esta Cadena Muscular

Patologías y lesiones comunes relacionadas con esta Cadena Muscular

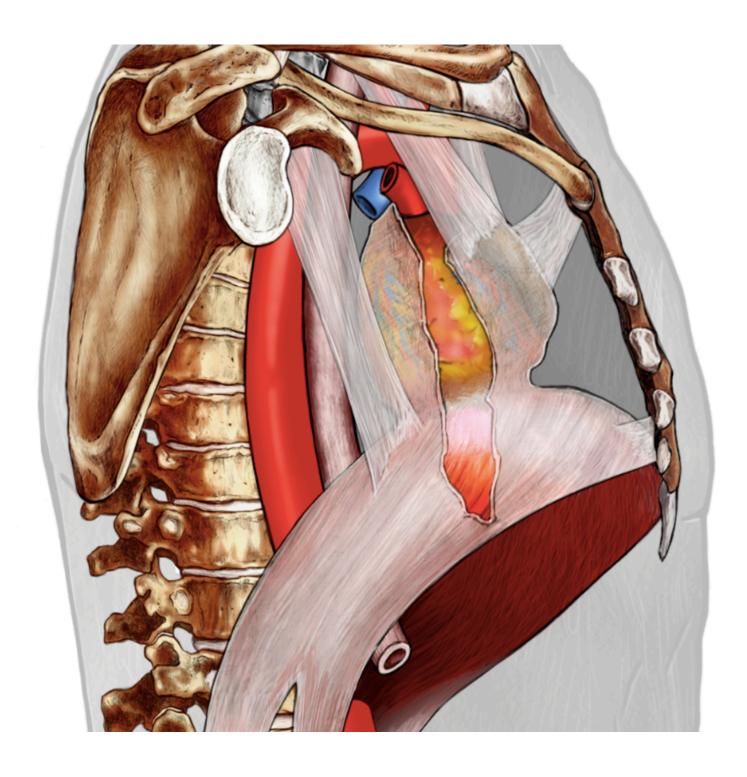
- CEFALEAS
- ARTROSIS DE LAS ARTICULACIONES INTERAPOFISARÍAS E LAS LUMBARES BAJAS
- RECTIFICACIÓN TORÁCICA
- TENDINITIS AQUÍLEA
- DEDOS EN MARTILLO
- BLOOUEO INSPIRATORIO DEL TÓRAX
- CARDIOPATÍAS





# Módulo PRÁCTICA

Ejercicios físicos cuyos su objetivo es equilibrar la tensión acumulada en cada cadena muscular.





# 6° SEMINARIO 6: RESPIRATORIA

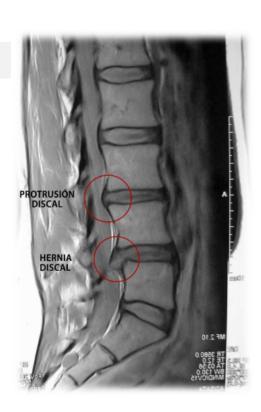
# Módulo Psico-comportamental

- El arquetipo de la Cadena Muscular
   Rectificada, Hiperlordótica y la Adapdable
- Rasgos de personalidad y sus implicaciones en la salud psicoemocional (cuando está en equilibrio y cuando no)
- Sus necesidades humanas principales
- Sus posibles creencias detrás del telón
- Sus Emociones principales
- Sus miedos y pasiones principales
- Su desequilibrio
- Preguntas exploradoras para reconocer esta actitud en ti y en tus alumnos
- Sentir la cadena Ejercicio para sentir **físicamente** cada cadena muscular y su actitud psicocomportamental
- Método Paso a Paso para equilibrar la esfera psicoemocional
- Ejercicios psicocomportamentales concretes para conseguir el equilibrio



# Módulo Biomecánica

- Acción Principal, Centro tensional y Dominancia
- Anatomía de todo el recorrido de la Cadena Muscular
- Signos excesivos y candados en la cadena
- Atrapamiento del cuerpo en la cadena
- Práctica de ejercicios físicos recomendados para equilibrar las tensiones acumuladas en esta Cadena Muscular
- Razones por las que se desarrollan una tensión excesiva en esta Cadena Muscular
- Desalineaciones Biomecánicas relacionadas con esta Cadena Muscular





# Módulo PRÁCTICA

Ejercicios físicos cuyos su objetivo es equilibrar la tensión acumulada en cada cadena muscular.

También incluye ejercicios psicocomportamentales

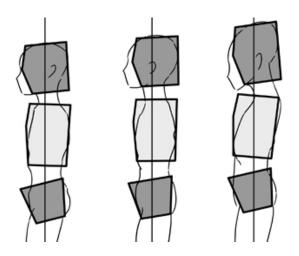
Patologías y lesiones comunes relacionadas con esta Cadena Muscular

- RECTIFICACIÓN CERVICAL
- RECTIFICACIÓN TORÁCICA
- RECTIFICACIÓN LUMBAR
- HIPERLORDOSIS LUMBAR
- HIPERCIFOSIS TORÁCICA
- DISCOPATÍAS
- GENU RECURVATUM

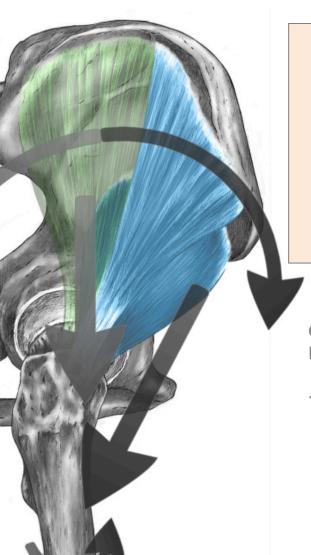


# 7º SEMINARIO: INTEGRACIÓN

- Cómo secuenciar una clase entera de Cadenas Musculares Fisiom
- Relación biomecánica entre las tensiones de las Cadenas Musculares
- Desalineaciones Biomecánicas- Ejemplos reales



# **★★★★★** REGALOS GRATIS → sólo AHORA



- ✓ el CURSO →

  desalineaciones biomecánicas
- ✓ Cómo profesionalizar tus clases

Y MÁS...

Cualquier duda que tengas, estamos aquí para ti. Escríbenos a: **info@fisiomsalud.com** 

→ Reserva tu plaza en: FisiomSalud.com

FisiomSalud.com ido a la Fisioterapia y Osteopatía