



Percorsi di formazione  
per i professionisti della salute

## TAPING BELLIA BIOMECHANICAL SYSTEM®

### PREVENZIONE E SUPPORTO ALLA PRESTAZIONE DELL'ATLETA IN PALESTRA

#### GIORNO 1

*Ore 09:00* Caratteristiche tecniche e principi metodologici del Taping Bellia Biomechanical System®

*Ore 10:00* Tecniche di applicazione Taping Bellia Biomechanical System®

**L'arto superiore:** Gli esercizi in palestra e le tecniche di bendaggio a supporto e preventivo

*Ore 11:00* Coffee break

*Ore 11:30* **L'arto superiore:** Gli esercizi in palestra e le tecniche di bendaggio a supporto e preventivo

*Ore 13:00* light lunch

*Ore 14:00* **Anca e Bacino:** Gli esercizi in palestra e le tecniche di bendaggio a supporto e preventivo

*Ore 16:00* Coffee break

*Ore 16:30* **Rachide:** Gli esercizi in palestra e le tecniche di bendaggio a supporto e preventivo

*Ore 19:00* Conclusione della prima giornata formativa

FILL THE BOX by ELLEO s.r.l.

SEDE LEGALE Strada di Paderna, 2 Domagnano 47895 RSM

Iscritta al registro delle imprese n. 7911 / Codice operatore economico SM27516 / Capitale sociale € 25.500,00

CONTATTI +39 377 379 9244 / info@fillthebox.it / www.fillthebox.it



Percorsi di formazione  
per i professionisti della salute

## GIORNO 2

*Ore 09:00* Tecniche di applicazione Taping Bellia Biomechanical System:

**L'arto inferiore:** Gli esercizi in palestra e le tecniche di bendaggio a supporto e preventivo

*Ore 11:00* Coffee break

*Ore 11:30* **L'arto inferiore:** Gli esercizi in palestra e le tecniche di bendaggio a supporto e preventivo

*Ore 13:00* light lunch

*Ore 14:00* **Casi particolari dei singoli sport emergenti:** crossFit, power lifting, triathlon

La prevenzione dei sovraccarichi funzionali

*Ore 16:00* Coffee break

*Ore 16:* **Crossfit®:** Tecniche di applicazione Taping Bellia Biomechanical System®

*Ore 18:* **Affezioni muscolari:** Tecniche di applicazione Taping Bellia Biomechanical System®

*Ore 19:00* Fine del corso e consegna degli attestati

**FILL THE BOX** by ELLEO s.r.l.

SEDE LEGALE Strada di Paderna, 2 Domagnano 47895 RSM

Iscritta al registro delle imprese n. 7911 / Codice operatore economico SM27516 / Capitale sociale € 25.500,00

CONTATTI +39 377 379 9244 / [info@fillthebox.it](mailto:info@fillthebox.it) / [www.fillthebox.it](http://www.fillthebox.it)



Percorsi di formazione  
per i professionisti della salute

**FILL THE BOX by ELLEO s.r.l.**

SEDE LEGALE Strada di Paderna, 2 Domagnano 47895 RSM

Iscritta al registro delle imprese n. 7911 / Codice operatore economico SM27516 / Capitale sociale € 25.500,00

CONTATTI +39 377 379 9244 / [info@fillthebox.it](mailto:info@fillthebox.it) / [www.fillthebox.it](http://www.fillthebox.it)