


metodo reme

Ente di formazione iscritto  SC 198/15



Formazione

Crescita Personale

metodo reme

Il successo che non ti aspetti

Il **METODO REME**[®] si differenzia da tutte le proposte inerenti all'attività fisica in quanto non è una ginnastica o un allenamento tradizionale, è **un modo nuovo di preparare il corpo al movimento** per liberarlo dalle tensioni che lo bloccano e che danno dolore e riducono la possibilità di movimento. Le tensioni muscolari sono la principale causa di rigidità, infiammazione e blocco a carico dell'apparato osteoarticolare. Il corpo per sopportare ciò assume una postura antalgica che determina l'insorgere di successivi irrigidimenti.

È un metodo facile col quale si ottengono risultati immediati e permanenti nel tempo. Un sistema di azioni e strategie per mantenere l'apparato muscolare e tutto il corpo in salute ed efficienza.

È **adatto a tutte le persone** in tutte le fasce d'età, in qualsiasi stato di forma fisica, a chi pratica sport professionistico, amatoriale o per passione, a chi danza o balla e a tutte le persone che fanno del corpo il loro strumento di lavoro. A chi ha dolori muscolari, cervicali, mal di schiena, contratture, problemi posturali e dolori di vario genere ed entità.

La decontrazione profonda, porta alla distensione e l'allungamento muscolare, agisce sulla postura, sul respiro armonizzando gli stati emotivi e conferendo un autentico stato di **benessere psicofisico**.

È un'attività con la quale le persone approfondiscono la conoscenza del corpo, acquisiscono strumenti utili a sciogliere le proprie tensioni, per recuperare movimento, migliorare la postura e lo stato di salute generale.

Gli strumenti appresi diventano bagaglio personale che consente il costante beneficio in termini di salute, energia e qualità della vita. Le piccole e facili azioni sperimentate e integrate ai gesti quotidiani daranno, in breve tempo, risultati straordinari e inaspettati.

IL METODO REME® è un potente strumento di:

- Recupero, mantenimento e incremento del grado di salute e benessere psico-fisico.
- Prevenzione di eventi dolorosi a traumatici dell'apparato osteo-articolare e di tutto il corpo.
- Attività propedeutica allo sport a tutte le attività di movimento
- Riallineamento posturale
- Incremento del grado di consapevolezza personale

Potrai presentare il METODO REME® in:

- Sessioni collettive settimanali
- Sessioni collettive intensive a tema
- Sessioni di personal training MR®
- Sessioni individuali di massaggio di riequilibrio energetico posturale MR®
- Workshop di presentazione
- Stage di alcuni giorni



AREE DI APPLICAZIONE DEL METODO REME®

1. **Benessere fisico e mentale:** recupero dell'elasticità, assestamento posturale, respiro, forma fisica, stimolo delle potenzialità, eliminazione di tensioni e dolori. In particolare: mal di schiena, mal di testa, dolori diffusi. Accelera il recupero psico-fisico conseguente a traumi e malattie.

2. **Sport, arti marziali, danza:** incremento performance, prevenzione e diminuzione infortuni, riduzione tempi di recupero, aumento di concentrazione mentale.
3. **Ragazzi:** per favorire e armonizzare crescita e sviluppo psico-fisico.
4. **Terza età:** recupero scioltezza di movimento e motivazione.
5. **Gravidanza:** libera il corpo dalle tensioni dovute al cambiamento del corpo durante la gravidanza e nel post parto agisce positivamente stimolando il recupero della forma fisica.
6. **Benessere aziendale:** aiuta a migliorare il clima aziendale e la produttività conferendo empatia ai team lavorativi e contribuendo a ridurre le problematiche relazionali.

IL PERCORSO FORMATIVO



OPERATORE OLISTICO METODO REME® MOBILITY TRAINER®

Il percorso di formazione per diventare **OPERATORE OLISTICO METODO REME® - MOBILITY TRAINER®** è rivolto a chi desidera fare un **percorso di crescita e consapevolezza di sé e intraprendere una nuova attività di sicuro successo** con grandi soddisfazioni economiche e personali.

È consigliato anche a chi già svolge attività in ambito sanitario, olistico, educativo e sportivo: in particolare a naturopati, operatori olistici, fisioterapisti, osteopati, ostetriche, terapeuti che desiderino avvalersi di nuove tecniche per incrementare l'efficacia del loro lavoro ampliando la loro offerta ad un vasto bacino d'utenza.

Raccomandato anche a personal trainer, preparatori atletici, allenatori, insegnanti di educazione motoria e coach, insegnanti di danza e ballerini che vogliano apprendere questa innovativa tecnica che consente di amplificare e rendere disponibile tutta la potenza muscolare, migliorare concretamente le prestazioni sportive, diminuire l'incidenza di infortuni muscolari con sensibile aumento della concentrazione mentale.

Il percorso completo per conseguire l'attestato di **OPERATORE OLISTICO METODO REME® - MOBILITY TRAINER®** comprende tre livelli di formazione che possono essere praticati in un tempo variabile dai 2 ai 3 anni didattici in funzione della programmazione di tali corsi e delle disponibilità personali.

1° ANNO

- OPERATORE METODO REME® gestione dell'attività in palestra
- OPERATORE MASSAGGIO POSTURALE METODO REME®

2° ANNO

- TECNICHE ENERGETICHE APPLICATE AL METODO REME®

L'attività formativa per **OPERATORE METODO REME®** fornisce gli strumenti per la gestione dell'attività in sessioni collettive e individuali di Personal Training METODO REME®.

L'attività formativa per il **MASSAGGIO POSTURALE REME®** fornisce gli strumenti per praticare sessioni individuali di massaggio finalizzate al riequilibrio muscolare e posturale. Tale attività rappresenta un importante strumento di specializzazione per chi già svolge attività di massaggio con altre tecniche. È un'ulteriore specializzazione per l'**OPERATORE METODO REME®** per gestire le sessioni collettive con maggior preparazione e competenza.

L'attività formativa di **TECNICHE ENERGETICHE APPLICATE AL METODO REME®** rappresenta lo stadio finale del percorso e fornisce gli strumenti per svolgere sessioni di massaggio posturale e di gruppo, interpretando e applicando in chiave energetica, le conoscenze acquisite.

Durante lo svolgimento delle sessioni di formazione saranno alternate parti di teoria a molta pratica che consentirà di sperimentare e verificare personalmente gli straordinari effetti del metodo.

Per i professionisti già iscritti S.I.A.F. si potrà richiedere il rilascio di Crediti Formativi **ECP**.

I corsi sono a numero chiuso e riservati a non più di 20 partecipanti.

Le date di svolgimento dei corsi sono presentate nel relativo pieghevole o al link <https://metodoreme.it/formazione>

La direzione si riserva il diritto di modificare per validi motivi organizzativi o per cause di forza maggiore le date individuate. Gli iscritti saranno tempestivamente informati e saranno tempestivamente aggiornati sulla nuova data.

Il percorso può essere iniziato indifferentemente dal corso per **OPERATORE METODO REME®** o dal **MASSAGGIO POSTURALE REME®** e comprende anche un **tirocinio** concernente gli apprendimenti esaminati.

Nel primo caso sarà:

- Frequentare n. 20 sessioni settimanali di gruppo, presso la sede di Mantova, come assistente a titolo gratuito.

Nel secondo caso sarà:

- Presentare complessivamente n. 25 schede relazionanti altrettanti trattamenti massaggio posturale di tipo amatoriale e/o professionale eseguiti nel corso degli anni di formazione come pratica autonoma.
- Ricevere 10 trattamenti didattici da Gloria Spiritelli
- Effettuare 4 trattamenti di supervisione

Al completamento dei tre livelli e del tirocinio previsto sarà richiesta la stesura di un elaborato finale di 30 pagine relazionante l'esperienza personale con il metodo e la sua pratica.

In sede di esame finale, con la discussione dell'elaborato presentato, si completerà il percorso formativo con l'acquisizione del titolo di **OPERATORE OLISTICO METODO REME® - MOBILITY TRAINER®**, figura registrata di riferimento del METODO REME® con iscrizione al registro privato dell'Ente di Formazione METODO REME®.

Per il conseguimento dell'**attestazione di qualificazione professionale** rilasciata da S.I.A.F. valida in ambito europeo, sarà richiesta la partecipazione all'attività didattica in Deontologia Professionale di 8 ore tenuta da delegato S.I.A.F.

La quota di partecipazione al suddetto corso e l'iscrizione all'associazione sono stabilite da S.I.A.F. e non è comprese nel costo del percorso formativo. Il successivo esame con discussione dell'elaborato finale sarà in presenza di un Commissario incaricato S.I.A.F.



**S.I.A.F. Società Italiana Armonizzatori Familiari, Counselor,
Counselor Olistici e Operatori Olistici www.siafitalia.it**

L'Ente Formativo METODO REME® è iscritto con codice **SC 198/15** nell'Elenco Nazionale S.I.A.F. degli Enti Formativi per la qualità della formazione erogata valida per l'inserimento dei propri studenti nel Registro di categoria professionale degli **Operatori Olistici**.

OPERATORE METODO REME®

Acquisirai le competenze necessarie per la gestione in sessioni collettive e individuali di questo **innovativo strumento** utile per la tua professione e per il benessere tuo e dei tuoi clienti.

Ciò che apprenderai è il distillato di tecniche efficaci rivolte al mantenimento della salute ed è frutto di oltre 20 anni di esperienza. Ti distinguerai da ciò che tutti gli altri propongono offrendo un **sistema unico, innovativo, naturale** e in sintonia con la fisiologia del corpo.

I movimenti proposti sono **di facile esecuzione, piacevoli e rilassanti**, e sorprendentemente efficaci; agiscono sulla struttura muscolare e sulla causa del dolore, danno risultati immediati con miglioramenti continui e permanenti.

Argomenti trattati:

- Introduzione e presentazione obiettivi formativi
- L'OPERATORE METODO REME®, aree di applicazione
- Françoise Mézières e le catene muscolari
- Trigger Point
- Altre tecniche e teorie di riferimento
- Analisi Posturale e fisiologia del corpo
- Studio delle asimmetrie
- L'automassaggio
- Comunicazione utile ed efficace, cenni di PNL
- La gestione del gruppo
- Come modulare la voce e le parole utili
- Fasi e aspetti generali della sessione di lavoro
- Progettare e comporre la sessione
- L'accoglienza e la condivisione iniziale: scopi e finalità
- La fase di rilassamento, ascolto di sé e osservazione
- Il lavoro centrale sulla struttura muscolare
- Organizzazione dell'ambiente
- Scelta delle musiche di sottofondo
- Fasi intermedie di consapevolezza corporea
- METODO REME®: risolvere il mal di schiena



- Lavori di movimento, relazione, contatto
- Comportamento ed etica dell'operatore
- Rispondere alle domande del cliente
- METODO REME® integrazione nello sport e nella danza
- Fase finale della sessione
- La sessione individuale
- Lo stage
- Test finale: Sessioni di gruppo.

Nell'ambito della formazione sarà dato ampio spazio alla pratica con l'esperienza personale delle 12 sessioni iniziali di lavoro indicate per la gestione di tre mesi di attività.

MASSAGGIO POSTURALE REME

L'attività formativa fornisce strumenti utili ed efficaci per gestire sessioni individuali con le metodiche REME®. Durante le lezioni saranno affrontate le problematiche muscolari in modo innovativo e originale.

È rivolto ai professionisti che si occupano del benessere e dello sport: in particolare a fisioterapisti, terapeuti, osteopati, ostetriche, naturopati, allenatori, insegnanti di danza e di discipline olistiche, coach.

Raccomandato a chi desidera approfondire la conoscenza di sé e le dinamiche della struttura muscolare e del corpo e a chi ha conseguito l'attestato di OPERATORE METODO REME® per completare con nuovi strumenti la propria formazione nel metodo e per meglio condurre in modo consapevole e competente, le sessioni collettive.

Argomenti trattati:

- Obiettivi del METODO REME®
- Il massaggio: significato profondo
- Le scoperte di Mézières
- Le catene muscolari
- Cenni di anatomia. Anatomia esperienziale
- Trigger Point
- Diaframma e fisiologia del respiro, lavoro di consapevolezza

- Il corpo fisiologico: studio e osservazione
- Analisi posturale
- Tono muscolare: contrazioni isometriche e isotoniche
- Tecniche di massaggio muscolare profondo
- Ritmo di lavoro, postura dell'operatore
- Qualità del tocco
- Massaggio in posizione laterale, supina e prona
- Asimmetrie e rotazioni: analisi e osservazione
- Compilazione della scheda personale
- Massaggio dell'addome
- Sequenza di trattamento
- Analisi problematiche incontrate
- Lavoro con palline e con biscione
- Schiena e metameri
- Tensione ed emozioni
- Il linguaggio del corpo
- Comunicazione efficace. Programmazione Neuro Linguistica
- Rapportarsi con la clientela: le convinzioni limitanti
- Studio dell'ambiente di lavoro e della cura personale
- Olio per massaggio
- Massaggio sulla poltrona
- Massaggio del viso e osservazioni posturali
- Test di valutazione finale

Durante lo svolgimento di tutto il percorso formativo di massaggio sarà dato ampio spazio di esercitazione sulle tecniche fornite, di condivisione degli effetti e delle problematiche riscontrate.

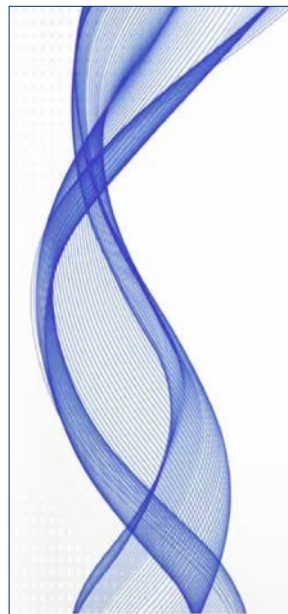


TECNICHE ENERGETICHE APPLICATE AL METODO REME®

Esamina la struttura energetica del corpo riferendo la lettura degli squilibri strutturali al ciclo stagionale nella visione globale dell'essere umano. È un importante strumento per acquisire una più ampia capacità di lettura e interpretazione delle problematiche legate alle sintomatologie muscolari e articolari. Si svolge nell'arco di un anno solare. Per accedere è necessario aver completato il MASSAGGIO POSTURALE METODO REME®. Vivamente consigliato agli operatori che vogliono arricchire e approfondire questa importante visione.

Argomenti trattati:

- Il mantenimento della salute in armonia con la natura
- Medicina cinese. Meridiani energetici
- Cicli stagionali e i 5 elementi
- Organi, visceri e connessioni
- Gestione delle emozioni
- Riflessologia plantare
- Metameri e Dermalgie
- Floriterapia di Bach
- Fitoterapia di base
- Cronoriflessologia secondo Di Spazio
- Cenni di EFT (Emotional Freedom Technique)
- Cenni di Costellazioni Familiari Sistemiche



INVESTIMENTO PREVISTO E MODALITÀ DI PAGAMENTO:

OPERATORE METODO REME®

15 giorni-5 weekend

- 1.470 € per pagamento in tre rate: acconto 100 € - 500 € al primo modulo - 500 € al secondo modulo - € 370 al terzo.
- 1.397 € per pagamento in unica soluzione: acconto 100 € e 1.297 € entro un mese dall'inizio del percorso formativo.

MASSAGGIO POSTURALE REME®

12 giorni/4 weekend a cadenza mensile

- 1.270 € per pagamento in tre rate: acconto 100 € - 450 € al primo modulo - 450 € al secondo modulo - € 270 al terzo.
- 1.197 € per pagamento in unica soluzione: acconto 100 € e 1.097 € entro un mese dall'inizio del percorso formativo.

TECNICHE ENERGETICHE APPLICATE AL METODO REME®

11 giorni/5 weekend a cadenza bimensile

- 1.270 € per pagamento in tre rate: acconto 100 € - 450 € al primo modulo - 450 € al secondo modulo - € 270 al terzo.
- 1.197 € per pagamento in unica soluzione: acconto 100 € e 1.097 € entro un mese dall'inizio del percorso formativo.

I prezzi sono comprensivi di IVA.

Esegui il pagamento presso il centro o con bonifico bancario intestato a:
Gloria Spiritelli - Banca - INTESA SAN PAOLO - Mantova - Piazzale
Mozzarelli

IBAN: IT19Q0306911507100000001452

Causale: FORMAZIONE METODO REME

Invia copia della ricevuta di versamento e del modulo d'iscrizione a:
info@metodoreme.it compilato e firmato in tutte le sue parti.

Nell'investimento previsto per i corsi, è compreso il materiale didattico consistente di un esaustivo manuale relativo ad ognuno dei tre percorsi formativi.

REGOLAMENTO

- Il conseguimento dell'attestato è subordinato alla partecipazione effettiva a tutti i moduli.
- In caso di assenza è possibile recuperare il modulo nell'edizione successiva.
- Con l'iscrizione si aderisce al percorso scelto e ci s'impegna al pagamento dell'intera quota.
- Eventuali riprese video-fotografiche effettuate dalla Direzione del Centro REME®, previa autorizzazione, potranno essere usate a scopi divulgativi, se non dichiarato esplicitamente.
- Non è consentito, ai partecipanti, fare riprese audio-video durante le lezioni.

L'attività didattica è svolta da Gloria Spiritelli, direttrice didattica dell'Ente di Formazione METODO REME® iscritto con codice SC198/15 nell'elenco nazionale S.I.A.F. degli Enti Formativi e Trainer certificato S.I.A.F con codice di attestazione LO1366T-OP.

Per qualsiasi altro chiarimento si contatti telefonicamente o via mail la segreteria della scuola ai seguenti recapiti.



METODO REME®

Corso G. Garibaldi, 65 - 46100 Mantova
Tel. +39 331 3134700 | info@methodoreme.it

www.methodoreme.it



METODO REME®

Corso G. Garibaldi, 65 - 46100 Mantova
Tel. +39 331 3134700 | info@methodoreme.it

www.methodoreme.it