

# UN NUOVO METODO

## Per un benessere inaspettato

Il primo obiettivo del METODO REME® è quello d'incrementare l'elasticità e la flessibilità del corpo sciogliendo le tensioni e le contrazioni muscolari che sono la principale causa di accorciamento muscolare, modificazione posturale e dolori articolari.

La pratica del metodo è raccomandata a ogni età e a tutte le persone che vogliono mantenersi agili e in forma, migliorare le proprie prestazioni psico fisiche, rilassarsi. I ragazzi ne traggono beneficio per la loro crescita armonica ed anche in gravidanza per il benessere della futura mamma e del nascituro.

Il percorso di formazione è rivolto a chi desidera acquisire maggior consapevolezza di sé, del proprio corpo e mantenersi in salute con l'età che avanza.

A chi vuole contribuire al benessere delle altre persone e intraprendere una nuova attività.

In particolare si rivolge a operatori olistici, naturopati, fisioterapisti, osteopati, ostetriche, psicologi, coach, counselor, allenatori, personal trainer, estetiste, educatori professionali.

**metodo reme**  
RESPIRO ELASTICITÀ MOBILITÀ ENERGIA

## Ente di formazione METODO REME®

Iscritto a S.I.A.F  
con codice di attestazione SC 198/15

**Gloria Spiritelli**  
Ideatrice e Trainer del  
METODO REME®

+39 331 313 4700

info@metodoreme.it

[www.metodoreme.it](http://www.metodoreme.it)



Via Stradella 3  
46051 S. Giorgio Bigarello  
Mantova  
P. IVA 01948240203

**metodo reme**  
RESPIRO ELASTICITÀ MOBILITÀ ENERGIA



## Formazione e Crescita Personale

Intraprendi una  
nuova attività

## TRAINER METODO REME®

Gestione dell'attività di gruppo e di personal training

Diventa Trainer METODO REME® e presenta questa nuova attività che ti darà molte soddisfazioni con grandi potenzialità di crescita e sviluppo.

Ti distinguerai offrendo un approccio unico, innovativo, facile, naturale e in completa sintonia con la fisiologia del corpo. Un approccio psico fisico rivoluzionario che ti consentirà di scoprire la vera causa di tensioni, dolori muscolari e articolari.

Gli esercizi proposti agiscono profondamente sulla struttura muscolare, sono di semplice esecuzione e immediatamente efficaci. I miglioramenti ottenuti sono continui e duraturi nel tempo.

Durante il corso verificherai personalmente gli effetti benefici del metodo. A conclusione di questo primo step potrai già proporre, a un bacino d'utenza estremamente ampio, un lavoro strutturato che, già dal primo ciclo di sessioni, ti darà risultati straordinari e sorprendentemente rapidi.

Il corso, in presenza a Mantova, è di 96 ore di teoria e pratica, si svolge in 4 moduli di 3 giorni ognuno.

In alternativa puoi accedere in ogni momento al corso registrato online che resterà sempre a tua disposizione.

## MASSAGGIO DI RIEQUILIBRIO POSTURALE

Durante il corso di Massaggio di Riequilibrio Posturale METODO REME® affronterai le problematiche muscolari e articolari in modo del tutto originale e innovativo.

Il corso è rivolto a chi desidera approfondire le dinamiche corporee e della struttura muscolare e a chi già si occupa di salute, benessere e movimento.

Per chi ha già concluso il corso per Trainer rappresenta un ulteriore step di approfondimento e ampliamento della propria offerta.

Sperimenterai le specifiche tecniche di massaggio, beneficerai di un potente percorso di crescita e di risoluzione delle tue eventuali problematiche muscolari e articolari.

Il corso si sviluppa in 80 ore di teoria e pratica, in 4 moduli: 2 di 3 giorni e 2 di 2 giorni.

La formazione è condotta  
esclusivamente da Gloria Spiritelli  
Ideatrice del METODO REME®

Consulta il sito  
<https://metodoreme.it/formazione>  
per info, date e costi

## TECNICHE ENERGETICHE APPLICATE AL METODO REME®

È lo step successivo al corso di Massaggio Energetico Posturale METODO REME®.

Si svolge a cadenza stagionale ed è parte integrante del percorso che porta ad acquisire il titolo di Operatore Olistico Mobility Trainer®: l'operatore specializzato di riferimento del METODO REME®.

Si approfondiranno gli aspetti emozionali ed energetici relativi all'equilibrio corpo-mente-spirito.

Un importante strumento di consapevolezza per acquisire una più ampia capacità di lettura e interpretazione delle problematiche muscolari e articolari.

Il corso si sviluppa in 80 ore di teoria e pratica, in 5 moduli bimensili di cui solo il primo di 3 giorni e i seguenti di 2 giorni.

