



REPROCESSING SOFT FITNESS HIPOPRESIVOS DINAMICOS

NIVEL 2 - EXPERT INSTRUCTOR

El R.S.F.-Hipopresivos Dinámicos, incluye ejercicios físicos ritmicos complejos (pero accesibles a la mayoría de personas, niños a partir de 7 años y adultos), de reprogramación corporal, que permite al sistema nervioso cerebral de modificar el esquema corporal y emocional, con beneficios relacionados a una práctica deportista intensa regular. Unos tests previos cardiovasculares deben ser practicado por el profesional acreditado del Método Hipopresivo, antes el inicio de la práctica de los ejercicios hipopresivos (un certificado medical que excluye patologias cardiovasculares o respiratorias es obligatorio antes practicar los ejercicios del RSF-Hipopresivos Dinámicos)

Esta formación de RSF-HIPOPRESIVOS Nivel Expert, esta abierto exclusivamente a todos los profesionales del fitness o del deporte titulares del certificado de RSF-HD Elemental Instructor (nivel 1 + work shop 1), y incluye un curso y trabajo non-presencial (formato on-line), con control, de 28 horas, un seminario presencial de 22H00 y un work shop presencial de 6 horas, en total 56 horas de formación. El nivel RSF- HD Expert- Instructor da acceso a la formación tecnológica de RSF-Hipopresivos Dinámicos, nivel Master Health Hypopressive Expert

Programa del curso presencial	
Tests de validación posturales	Teoría y Práctica
Dinámico III : ALBA (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : AURORA (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : APOGEO (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : FLEXION (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : INTERMEZZO (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : CREPUSCULO (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : INTERMEDIO (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : HIPOGEO (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : ARCADADA (+ ejercicios preparatorios)	práctica

Programa del curso presencial	
Dinámico III : INFIERNO (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : PROSTERNACION (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : OBLACION (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Dinámico III : SUPREMO (+ ejercicios preparatorios)	práctica
Abordaje práctico de las sesiones	práctica
Debriefing	
Examen teórico (por internet) - Examen práctico (work shop)	

WORK SHOP - Nivel 2

Objetivos :

1. Evaluar el nivel de conocimiento de la práctica del programa de Dinámico III
2. Preparar el examen teórico con un cuestionario estándar (+ responder a las dudas)
3. Preparar el examen práctico (la nota del profesor titular durante este work shop cuenta por la mitad de los puntos atribuidos por la práctica) según las aptitudes del alumno.
4. Fortalecer las relaciones profesionales con los alumnos por una actitud profesoral amistosa, respetuosa y “empática”.

Programa del work shop	
questionario de control de conocimiento teórico	+ corrección y discusión
revisión del programa de RSF-HD III	+ corrección y control con 2 alumnos/ejercicios)
Debriefing y consejos	