



TROPOS EQUA IN COLLABORAZIONE CON  
F.I.R.M.O.  
- FONDAZIONE RAFFAELLA BECAGLI ONLUS,  
LA FONDAZIONE PER LA  
RICERCA SULLE MALATTIE OSSEE,  
VI INVITA AD EFFETTUARE  
L'ANALISI POSTURALE  
SU APPUNTAMENTO



TROPOS SOSTIENE IL CALCIO

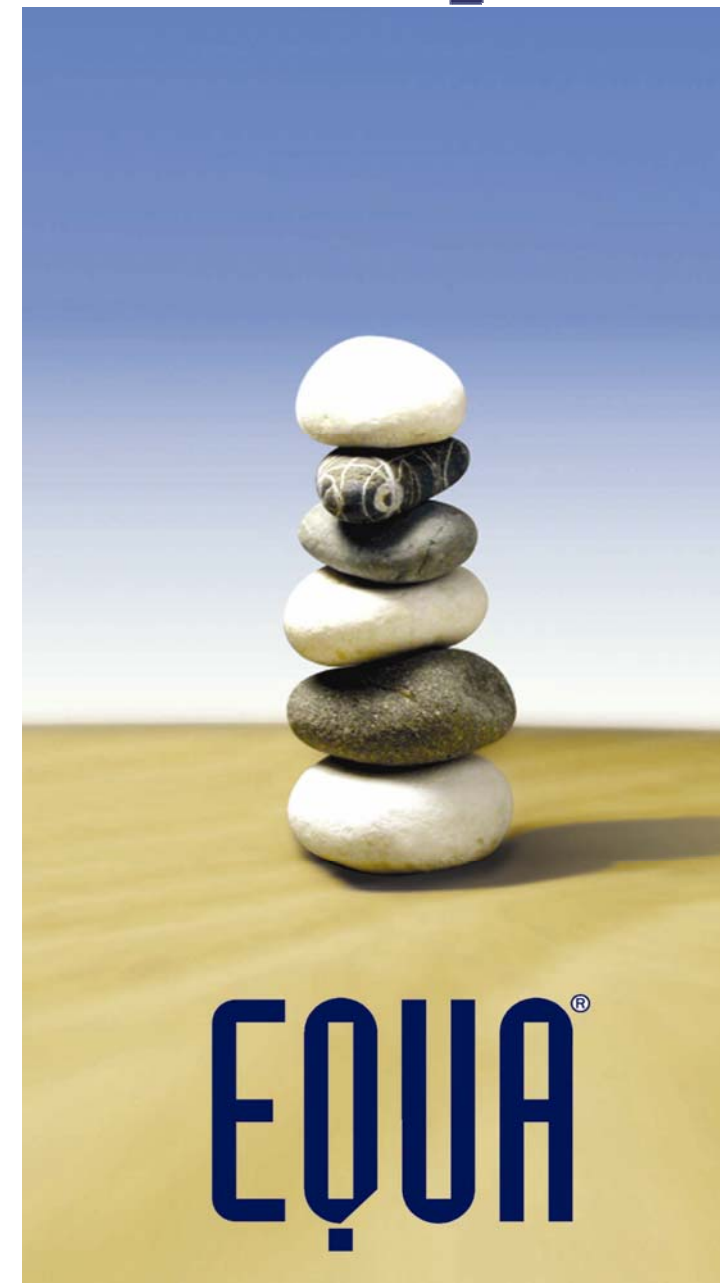


**Roberta Brogi**

**Simone Da Prato**



Firenze-via Orcagna, 20/a  
Tel. 055 678381 - 055 679746  
[www.troposclub.it](http://www.troposclub.it) - E-mail: [Staff@troposclub.it](mailto:Staff@troposclub.it)





AREA EQUA - SALA ENERGY

## EQUA TEAM

Tre posturologi:

**Alessandro Camisoli**  
(responsabile area Equa)  
**Antonella Luppi**  
(Pilates Trainer certificata)  
**Roberta Brogi**  
(Coordinatrice Equa)

Yoga Flex Trainer

**Simone Da Prato**

Massofisioterapista

**Maurizio Guadagna**

Massaggio Ayurvedico

**Arianna Alinari**  
**Samanta Salaris**

## IL RISULTATO ALLENA

## LA PERCEZIONE

## AL PIACERE

**Alessandro Camisoli**



### CIRCUITO POSTURALE GLOBALE (C.P.G.)

LA CLASSE VIENE GUIDATA ALL'ASCOLTO PER RICERCARE IL POTENZIALE ENERGETICO - RAGGIUNGERE L'EQUILIBRIO MUSCOLARE - RITROVARE L'ARMONIA DELLE FORME

### G.P.G. (GINNASTICA POSTURALE GLOBALE) :

SCOPERTA – PERCEZIONE – ASCOLTO.

**WELL BACK** : L'ALLINEAMENTO GUIDATO DALLA PANCA FIT.

**WU WEI** : LA SEDUTA INCLINATA PER AGEVOLARE LA POSTURA ED ALLENARE LA FLESSIBILITA' .

**YOGA FLEX** : LA FORZA DEL CONTROLLO DEL CORPO E DELLA MENTE

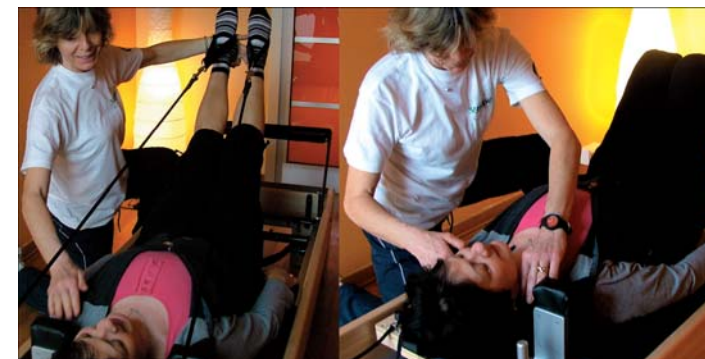
### IL MASSAGGIO AYURVEDICO

LA FILOSOFIA AYURVEDICA SI BASA SULLA CONCEZIONE CHE IL CORPO E LA MENTE SONO INSCINDIBILI. CON QUESTO TRATTAMENTO LE ENERGIE INTERNE SI TRASFORMANO E RIAFFIORANO PER DARE UNA NUOVA VITALITA' AL NOSTRO ORGANISMO.

## PILATES

Consapevolezza è la parola chiave del metodo Pilates.

Chi pratica esercizi di Pilates allena la concentrazione alla percezione ed al controllo dei movimenti e della respirazione. Lezioni individuali e di gruppo .



**Antonella Luppi**

## IL MASSAGGIO ENERGETICO POSTURALE : BENESSERE INTEGRALE

**Maurizio Guadagna**

