

**Officina Yoga**  
in collaborazione con:  
**Centro Yoga Studio Brixia, Compagnia Lyria,**  
**Centro Scientifico del Movimento- Metodo Feldenkrais®**  
è lieta di presentare

**Movimento e Cervello**  
**Seminario teorico condotto da Alessandro Sale**

**Sabato 25 Maggio 2019, dalle 14 alle 19**  
**Domenica 26 Maggio 2019, dalle 10 alle 13**  
**Presso: Centro Paolo VI, via Calini 30, Brescia.**

**E' stato richiesto il riconoscimento come Formazione Continua a Yani**  
**(Yoga- associazione Nazionale Insegnanti)**

**Il cervello come centrale di comando del movimento, il movimento come paradigma naturale di salute e plasticità cerebrale.** Il seminario illustrerà questo duplice legame tra circuiti cerebrali e attività motoria, alla luce delle acquisizioni delle moderne Neuroscienze.

In particolare, si approfondiranno i seguenti temi:

**La relazione tra movimento e plasticità cerebrale,** illustrando gli effetti benefici dell'attività motoria sulla salute e plasticità cerebrale.

**Il controllo integrato del movimento,** con l'approfondimento di alcuni esempi chiave di controllo del movimento riflesso e volontario da parte dei centri nervosi midollari e corticali.

**La relazione tra movimento e cognizione,** illustrando le influenze tra sfera cognitiva e controllo del movimento volontario con un focus su neuroni specchio, linguaggio e allenamento ideo-motorio.

**Per gentile concessione del Dottor Sale, verranno fornite ai partecipanti le slides esplicative dell'intero programma.**

#### **Alessandro Sale**

Alessandro Sale è neurofisiologo e ricercatore dell'Istituto di Neuroscienze del C.N.R. di Pisa, ha svolto i suoi studi alla Scuola Normale Superiore dove ha conseguito anche un Dottorato in Neurobiologia. E' Docente all'Università di Pisa e membro della Global Young Academy. La sua principale attività di ricerca è incentrata sullo studio dei fattori ambientali, cellulari e molecolari che regolano lo sviluppo e la plasticità del sistema nervoso centrale. E' autore di numerosi articoli apparsi su riviste internazionali tra cui *Science* e *Nature Neuroscience* e curatore del volume *Environmental Experience and Plasticity of the Developing Brain* (Wiley-Blackwell).

#### **Organizzazione a cura di:**

Associazione Sportiva-Dilettantistica Officina Yoga,  
Via G.Nadi 20, 40139 Bologna, C.F. 91370180373

#### **Date ed orari:**

Sabato 25 Maggio, dalle 14.00 alle 19.00.

Domenica 26 Maggio dalle 10.00 alle 13.00

**Presso:** Centro Paolo VI, via Gezio Calini 30, 25121 Brescia.

**Quota di partecipazione:** euro 90 (euro 85 per i nuovi soci).

**Quota associativa annuale:** euro 15

#### **Per informazioni ed iscrizioni:**

[officinayogabologna@gmail.com](mailto:officinayogabologna@gmail.com)

Laura Ferrari: 340/2539472

**L' iniziativa è riservata ai soci.**