

CURSOS

extensión  
universitaria



2014  
universidad  
de león

SEMINARIO I DE GIMNASIA  
ABDOMINAL HIPOPRESIVA

—  
MÉTODO HIPOPRESIVO  
DR. MARCEL CAUFRIEZ

Colabora / Patrocina:

**27/06/2014 - 29/06/2014**

Información y matrícula

Universidad de León  
Unidad de Extensión Universitaria y Relaciones Institucionales.  
Av. Facultad de Veterinaria, 25. 24004 · LEÓN.  
Tel. 987 291 961 y 987 293 372 · Fax 987 291 963.  
e-mail: ulesci@unileon.es  
<http://www.unileon.es/extensionuniversitaria>

unileon.es

universidad  
de león  
ule



# SEMINARIO I DE GIMNASIA ABDOMINAL HIPOPRESIVA – MÉTODO HIPOPRESIVO

## DR. MARCEL CAUFRIEZ

### DIRECTOR/ES:

- Vicente Rodríguez Pérez. *Subdirector Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud. Universidad de León.*
- Ana Felicitas López Rodríguez. *Coordinadora Área Fisioterapia.*

### LUGAR:

Campus de Ponferrada. Escuela de Ciencias de la Salud.

### FECHAS:

27/06/2014 - 29/06/2014

### DURACIÓN:

20 horas

### NÚMERO DE ALUMNOS:

Mínimo: 20 y Máximo: 20

### TASAS:

- Ordinaria: 275 €
- Alumnos ULE: 275 €

### DESTINATARIOS:

Exclusivamente Alumnos de 3º y 4º de Grado en Fisioterapia de la Universidad de León.

### CRÉDITOS DE LIBRE CONFIGURACIÓN:

2 créditos LEC - 1 crédito ECTS

### OBJETIVOS:

El Método Hipopresivo® del Dr Marcel Caufriez incluye un conjunto de técnicas manuales y de ejercicios de gimnasia ordenados y rítmicos que permiten la integración y la memorización de «mensajes» propioceptivos sensitivos o sensoriales asociados a una situación postural particular. Provocan a largo plazo una modificación significativa del esquema corporal (normalización de las tensiones musculares), del esquema respiratorio (normalización de los parámetros respiratorios) y del esquema emocional (normalización del estrés emocional).

### PROGRAMA:

#### • Día 1

- Presentación general del Método Hipopresivo - Teoría
- Reseña Histórica y bases fundamentales de las técnicas hipopresivas - Teoría
- Centros respiratorios y neurodivergencias - Teoría y Práctica
- Diafragma torácico- Faja Abdominal – Periné - Teoría
- Tono - Tono postural - Tono Fásico - Teoría
- Presión y noción de hiperpresión cuantitativa y cualitativa - Teoría

#### • Día 2

- Criterios de inclusión de las técnicas hipopresivas - Teoría
- Presentación del Algoritmo Hipopresivo - Teoría

- Organización clínica de la Gimnasia Hipopresiva de base - Práctica

- Vestimenta y entorno - Práctica

- Factores químicos: noción de base

- Ejercicios respiratorios y apnea espiratoria - Práctica

- Ejercicios Hipopresivos ortoestáticos (nº 1 à 4) - Práctica

- Ejercicio intermediario 1 (nº 5) - Práctica

- Ejercicios Hipopresivos de rodilla (nº 6 à 8) - Práctica

#### • Día 3

- Ejercicio intermediario 2 (nº 9) - Práctica

- Ejercicio intermediario 3 (nº 10) - Práctica

- Ejercicio intermediario Genu-Pectoral activo (nº 11) - Práctica

- Ejercicio intermediario 4 (nº 12) - Práctica

- Ejercicio intermediario 4 patas (nº 13) - Práctica

- Ejercicio intermediario 5 (nº 14) - Práctica

- Ejercicio intermediario Genu-Pectoral pasivo (nº 15) - Práctica

- Revisión de forma continuada de los ejercicios 1 al 15 - Práctica

### PROFESORADO:

- Laura Núñez Luna. *Directora de la Clínica de Fisioterapia de la Mujer. León.*
- Ana Felicitas López Rodríguez. *Coordinadora Área Fisioterapia.*