

# REBOUND®

## THERAPEUTIC APPROACH



In cosa consiste, e a chi si rivolge, questo percorso di rieducazione al movimento attraverso specifici esercizi di rimbalzo?

**È** nato il Rebound® Therapeutic Approach, un innovativo metodo rivolto a coloro che desiderano ampliare la conoscenza teorico-pratica del Rebound® nell'applicazione terapeutica-riabilitativa e neuro-motoria. La presentazione ufficiale del nuovo metodo, sviluppato con la collaborazione, direzione e supervisione del dott. Giuseppe Celesti, avverrà nel corso di RiminiWellness 2014, ma abbiamo chiesto a Cristiano Verducci, presidente di Cre@more e master trainer del Rebound Exercise, di darci qualche anticipazione.

**Ci ricordi brevemente che cos'è il Rebound® AIR™ e qual è il suo utilizzo principale?**

Il Rebound® AIR™, quello originale, è uno strumento di qualità superiore garantita dal pioniere americano Al Carter sin dal 1977, e distribuito in esclusiva in Italia dal 2000 dalla Cre@more®, di cui sono titolare. Ma soprattutto è un metodo efficacissimo per la prevenzione e il miglioramento dello stato di salute e benessere psico-fisico. Nasce nel settore dell'educazione alla salute e al movimento e trova applicazione in diversi campi tra cui il fitness & wellness, la

preparazione atletica e la medicina sportiva, la riabilitazione, la scuola, home e personal training, life coaching, per tutti i target e livelli e di cui siamo gli unici esperti, specialisti e professionisti da più di 40 anni.

Inoltre lo definirei 'tutto in uno', perché è un attrezzo/attività polivalente, multifunzionale e multidisciplinare.

**In cosa consiste il Rebound® Therapeutic Approach®? E perché hai sentito l'esigenza di dar vita a questo approccio terapeutico?**

Essere in forma non equivale a essere in salute. Anche nel fitness occorre dare più attenzione all'organismo in modo globale e interconnesso, migliorando tutte le funzioni del corpo; principalmente la respirazione, il sistema linfatico e la salute delle cellule, di cui si sente parlare poco. Sin dall'inizio della diffusione in Italia, ho dato valore a questa scienza, presentandola prima nel settore olistico, terapeutico e riabilitativo, perché ne avevo già studiato gli effetti e sperimentato personalmente le potenzialità. Dopo anni di diffusione, esperienza ed evidenti risultati, collaborando con i migliori operatori del settore "terapeutico" (vedi Isokinetic FIFA Medical Center of Excellence), abbiamo creato insieme vari e

### Dal Web

Vuoi scrivere un commento su questo articolo? Collegati al sito [www.lapalestra.net/archivio-articoli/](http://www.lapalestra.net/archivio-articoli/)



innovativi protocolli applicativi. È sempre bene ricordare che il Rebound® Originale (in particolare inteso come metodo), è una vera e propria terapia fisica, atta a ripristinare la salute fisica, la naturale snellezza, l'armoniosità, ma addirittura la fiducia e l'energia morale di cui abbisogna ogni individuo che ricorre alla guida riabilitativa per problematiche articolari ed estetiche.

### **A chi è rivolto il Rebound® Therapeutic Approach®? Quali problematiche risolve?**

Il ReboundAIR™ produce interventi benefici nelle svariate condizioni muscolo-scheletriche, nonché del ricambio che deturpano la bellezza e l'armonia fisica, igienica ed estetica, sia interiormente che esteriormente. Un approccio così specifico è rivolto dunque alla maggior parte delle persone che cercano la salute e il benessere oltre che la sola forma fisica. In pratica il Rebound® Therapeutic Approach® è la somministrazione dell'esercizio fisico di rimbalzo, dosata sapientemente in modo personalizzato per ciascun fruitore e di rieducazione al movimento. Il corpo ha più bisogno di alleggerirsi e rilassarsi. Tutto parte da noi stessi e da quanto abbiamo realmente a cuore la prevenzione e la sicurezza, senza alcuna necessità di sforzate performance ed eccessi.

### **Qual è la sua caratteristica più innovativa?**

Il Rebound® Originale è un vero e proprio trattamento olistico-terapeutico e non solo un esercizio o attività fisico-motoria; è dimostrato dai notevoli miglioramenti ottenuti ad esempio nei casi di osteoporosi, sclerosi, cardiopatie, fragilità vasali, mal di schiena, recupero post-trauma, etc. (ovviamente occorre saperlo applicare e somministrare perfettamente in ogni caso). Rimbalsare scalzi e con attenzione, respirando e ascoltando il nostro corpo, questo è ciò che caratterizza il metodo Originale, e per questo motivo ho sempre raccomandato di non esagerare e di non trasformare un movimento così semplice e naturale in complicate combinazioni e inutili quanto pericolosi eccessi.

### **Il Rebound® Therapeutic Approach® sarà insegnato nelle palestre?**

Soprattutto nelle palestre, dove purtroppo arrivano molte persone con problematiche psico-fisiche, stress, e la maggior parte di essi non se ne rende neppure conto, sottovalutando ogni sintomo e segnale che il corpo manifesta. Ma il problema più grande è che gli operatori stessi sottovalutano la situazione, a discapito delle sensazioni negative e delle reali necessità dei singoli.

### **Chi potrà insegnare questo approccio? Ci sarà una formazione specifica?**

Esclusivamente i nostri insegnanti che si sono

formati ed aggiornano continuamente, gli affiliati al Jump 4 Joy network®, specializzati, esperti e professionisti nell'applicazione dello stesso in più campi e modalità, meritevoli di aggiungere alla loro esperienza applicativa del Rebound® un bagaglio di protocolli innovativi e realmente efficaci per portare i propri "allievi", già educati al benessere, ad un livello maggiore di salute e consapevolezza. Potranno iniziare con loro un percorso più profondo, trattare casi più complessi, ed inoltre, daremo la possibilità di accedere alla formazione specialistica tenuta insieme al dott. Giuseppe Celesti esclusivamente i fisioterapisti, medici, laureati in scienze motorie e riabilitatori in genere che siano in possesso del ReboundAIR™ Originale.

### **Quali sono gli sviluppi futuri che prevedi?**

Lo sviluppo del nostro "sistema" e network, non sarà solo in termini numerici, ma qualitativi e professionali. Rilascieremo oltre alla nostra Formazione già esclusiva e personalizzata, degli ulteriori Certificati di controllo della Qualità per garantire agli utenti ed insegnanti una preparazione specialistica unica ed eccellente. Il Rebound® Originale cresce e si sviluppa ogni giorno, nonostante gli oltre dieci anni della nostra diffusione in Italia ed Europa, con centinaia di centri affiliati ed insegnanti formati in tutti i campi di applicazione e migliaia di praticanti in ogni luogo. Siamo solo agli inizi di una storia che darà un reale contributo e sviluppo alla salute di ogni individuo. Alcuni dei nostri centri vantano dopo 5 anni ben 80 ore di lezioni al mese, corsi extra-abbonamento, sale esclusive dedicate; centri di pilates lo hanno integrato, e sta aumentando il numero dei personal trainer a domicilio che utilizzano il Metodo Rebound® ed infine nuove importanti partnership e sinergie si stanno consolidando, insieme alle forniture ufficiali (vedi Virgin Active).

Il reale successo alla base di tutto questo consiste nella qualità dell'attrezzo e del metodo (frutto di 40 anni di esperienza dedicata e diffusione) che consente e garantisce risultati consolidati a lungo termine sia in termini di benefici e vantaggi per la salute, che professionali, gestionali e sociali. I termini Rebound® - ReboundAIR™ sono loghi e marchi registrati a livello internazionale e concessi esclusivamente ai centri affiliati al network, l'uso improprio (allusivo) e non autorizzato, verrà perseguito sia civilmente che penalmente.

© 2014 CRE@MORE® - Tutti i diritti riservati

*Intervista a cura della Redazione*

### **Siti ufficiali:**

[www.reboundoriginale.wordpress.com](http://www.reboundoriginale.wordpress.com)

[info@creamore.it](mailto:info@creamore.it)

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

[www.jump4joynetwork.com](http://www.jump4joynetwork.com)



## **Il Rebound® Therapeutic Approach è la somministrazione dell'esercizio fisico di rimbalzo, dosata in modo personalizzato per ciascun fruitore, e di rieducazione al movimento**



### **Prof. Cristiano Verducci**

Diplomato in Educazione fisica e specializzato nel fitness & wellness dal 1990. Formatore, Consulente e Life Coach, è un Esperto specialista della Scienza del Rimbalzo e Respiro Consapevole, per la Salute & benEssere psico-fisico. Ideatore e Presenter internazionale del Metodo Rebound® Originale, è riconosciuto Master Reboundologist™ e Top Exclusive ReboundAIR™ European Distributor dall' American Institute of Reboundology™. È il Fondatore del Jump 4 Joy Network® e titolare della CRE@MORE® Company.