

• MEDICINA DEPORTIVA (RECONOCIMIENTOS DEPORTIVOS, NUTRICIÓN DEPORTIVA) • FISIOTERAPIA/MASAJE • PROGRAMAS DE SALUD •



Ayuntamiento de
FUENLABRADA
Concejalía de Deportes | Patronato
Municipal
de Deportes



SERVICIO MÉDICO

REEDUCA

TU POSTURA

Y ALCANZA

EL EQUILIBRIO

**PROGRAMA DE
CORRECCIÓN POSTURAL**

f deportes.fuenla

Visítanos en C/Creta, 2

Centro Deportivo Calle Creta

28943 · Fuenlabrada Madrid

O, si lo prefieres, llámanos:

916 856 904



Ayuntamiento de
FUENLABRADA
Concejalía de Deportes | Patronato
Municipal
de Deportes



SERVICIO MÉDICO

PROGRAMA DE CORRECCIÓN POSTURAL

Debido al envejecimiento, al tipo de vida que llevamos o a las malas posturas que tomamos, vamos perdiendo elasticidad y la alineación y funcionamiento de toda nuestra mitad superior del cuerpo se ve afectada.

¿EN QUÉ CONSISTE EL PROGRAMA?

El programa de corrección postural consiste en una combinación de ejercicios de estiramiento bajo la supervisión y tratamiento manual del fisioterapeuta cuyo fin es reducir las tensiones y molestias.

El programa consta de:

- Valoración inicial.
- Sesiones en seco en sala gimnasio impartidas por un fisioterapeuta.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

El programa está dirigido a personas con deformidades en la columna y en los miembros superiores e inferiores, patologías dolorosas de la columna, disfunciones respiratorias o secuelas de traumatismos.

OBJETIVOS

- Reeducar la postura.
- Evitar deformaciones en los miembros superiores e inferiores.
- Aliviar el dolor o los síntomas de forma duradera.
- Atenuar las enfermedades degenerativas.
- Aumentar la elasticidad y flexibilidad.

DURACIÓN

Sesiones de **60 minutos dos veces a la semana**.
El servicio se prestará en horarios de mañana y tarde:
a las **12** y a las **17 horas**.

TASAS

29,90€/mes

