

ATTIVITA' FISICA ADATTATA (AFA)

CHE COSA? sedute di esercizio fisico, respiratorio, posturale di gruppo appositamente disegnate per una serie di condizioni croniche

PERCHE'? . Per migliorare le performance motorie, rimanere mentalmente attivi con un effetto positivo sul benessere generale e sulla qualità di vita.

Martedì 16,30 - 17,30

Mercoledì 17,00 - 18,00



CON CHI? PAOLO TAMAI

specializzato nella terapia fisioterapica e riabilitativa,

guida sedute di esercizio fisico, respiratorio, posturale di gruppo appositamente disegnate per una serie di condizioni croniche

Per migliorare le performance motorie, rimanere mentalmente attivi con un effetto positivo sul benessere generale e sulla qualità di vita.

NB Chi desiderasse partecipare contatti la segreteria