



Comune di Carpineti



UN MESSAGGIO PER MANTENERE LA SALUTE

ATTIVITA' FISICA ADATTATA

CARPINETI

In Italia sono stati promossi programmi di Attività Fisica Adattata (AFA), esercizi fisici disegnati appositamente, volti alla prevenzione delle conseguenze di numerose malattie croniche. Nei centri AFA si fanno esercizi adattati, alle nuove possibilità motorie del soggetto, per

Zona cervicale, dorsale, zona lombare, arti inferiori e arti superiori

Le sedute si tengono 2 volte alla settimana, e sono condotte da laureati in Scienze Motorie che hanno seguito appositi corsi di formazione AFA.

CHIEDETE AL VOSTRO MEDICO DI FAMIGLIA E ALL'INFERMIERE DI COMUNITA': SAPRANNO CONSIGLIARVI!

PER ISCRIZIONI CHIAMA LA UISP ALLO 0522-267203
ATTIVITA' RIVOLTA AI SOCI

IL CORSO SI TERRA'
Il LUNEDI' e il MERCOLEDI' dalle 17 alle 18
Presso la sala piccola del parco Matilde
Dal 6 Giugno al 13 Luglio 2022
Quota di partecipazione 45€