

UISP Ivrea Canavese in collaborazione con il Comune di IVREA e l'A.S.L. TO4 intende riavviare il corso da settembre 2019 a giugno 2020

ATTIVITÀ FISICA ADATTATA



Per la prevenzione del decadimento funzionale legato all'avanzare dell'età, oppure conseguente a periodi di sedentarietà ed immobilità che, riducendo la possibilità di movimento, potrebbero portare ad un progressivo peggioramento delle condizioni funzionali e ad un conseguente ritiro dalla vita sociale.

Nel centro vengono attivati programmi di prevenzione con l'esecuzione di esercizi mirati al miglioramento delle sofferenze muscolo scheletriche con particolare attenzione alle patologie della colonna vertebrale.

Non si tratta di riabilitazione che è invece prescritta ed eseguita nell'ambito del SSN, ma di prevenzione.

BELLAVISTA

**presso il Salone del CENTRO CIVICO Piazza 1 maggio
nei giorni di MERCOLEDI' e VENERDI'**

a partire dal 25 Settembre 2019

Dalle h 9,30 alle h 10,30

L'attività è organizzata in moduli di 10 lezioni di un'ora.

Quote di partecipazione per ogni singolo modulo: 22 € più
iscrizione annuale UISP (solo per i non tesserati).

A chi desidera conoscere l'attività viene offerta una lezione gratuita.

Per INFORMAZIONI ed ISCRIZIONI

Sig.ra Nadia Istruttrice 3497750730

Infermiere di famiglia e comunità Rosanna 3457015317

Sig.ra Giuliana 3482338579

