



L'ASSOCIAZIONE CULTURALE RICREATIVA "A. GRAMSCI"  
ORGANIZZA

## CORSO DI GINNASTICA MEDICA PREVENTIVA E DI MANTENIMENTO

PER ADULTI E ANZIANI CHE SOFFRONO DI:

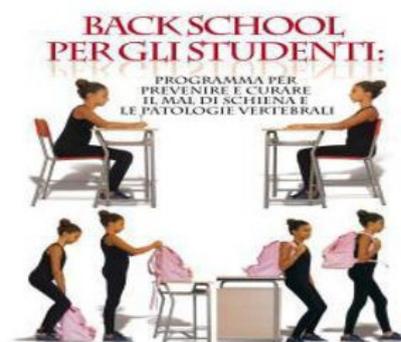
- MAL DI SCHIENA
- PROTUSIONE DISCALE
- DOLORE AL COLLO
- DOLENZA ALLE SPALLE
- SCOLIOSI DELL'ADULTO
- OSTEOPOROSI
- ARTROSI
- PER CHI SI SENTE RIGIDO
- PER CHI HA APPENA FINITO IL CICLO DI SEDUTE  
TERAPEUTICHE PRESCRITTE DAL PROPRIO MEDICO



## CORSO DI GINNASTICA MEDICA CORRETTIVA

PER BAMBINI E RAGAZZI IN FASE DI ACCRESCIMENTO  
CHE PRESENTANO:

- SCOLIOSI CON E SENZA BUSTO
- IN PREPARAZIONE ALL'USO DEL BUSTO
- ATTEGGIAMENTO SCOLIOTICO
- DORSO CURVO
- IPERLORDOSI
- ATTEGGIAMENTI VIZIATI SOPRATTUTTO  
DA ZAINI PESANTI E TRASCORRENDO  
MOLTE ORE CURVI SUI LIBRI E SUI BANCHI



**PRIMA DELL'INIZIO DEL CORSO VERRA' EFFETTUATO UN COLLOQUIO E UN CONTROLLO POSTURALE  
CON DEI TEST SPECIFICI PER CREARE UN PROGRAMMA DI LAVORO SPECIFICO ESEGUITO IN GRUPPO**

**Durata dei corsi da Ottobre a Maggio**

Presso Il Centro Culturale "Daniele Manin" via Rio Cimetto, 32 Mestre (Zona Valsugana)

Terapista: **Dott. Francesca Cometti (Dottore in Scienze Motorie e Massofisioterapista)**

Info e Iscrizioni : **349 4078076 e-mail: francesca.cometti@gmail.com**