

CORSO DI GINNASTICA CORRETTIVA



GINNASTICA CORRETTIVA

La ginnastica correttiva ha lo scopo di limitare l'evoluzione dei difetti posturali e questo corso di gruppo si propone di rallentare o fermare il peggioramento della curva scoliotica attraverso esercizi di presa di coscienza, auto-correzione, respirazione, equilibrio e propriocettività, rinforzo muscolare, core stability e allungamento globale. Tutti gli esercizi sono coordinati da un istruttore esperto e si rivolgono a soggetti in età evolutiva, in particolare pre-adolescenti e adolescenti, con atteggiamento scoliotico o scoliosi di entità lieve o stabilizzata (fine crescita).

Vantaggi della ginnastica correttiva

- + Maggiore consapevolezza del proprio corpo, in particolare delle asimmetrie della propria colonna vertebrale;
- + maggiore controllo e stabilità della colonna grazie al rinforzo muscolare e alla core stability;
- + la minor progressione della curva scoliotica consente di migliorare l'aspetto estetico del tronco riducendo le potenziali asimmetrie;
- + migliorare la funzione respiratoria e dei visceri addominali, riducendo l'insorgenza di dolore correlato alla scoliosi.

SYNLAB 

Un grande network
al servizio della vostra salute

www.synlab.it
www.gruppodatamedica.it

SYNLAB RACCOMANDA SEMPRE
DI CONSULTARE IL PROPRIO MEDICO PRIMA DI
SOTTOPORSI AD ACCERTAMENTI DIAGNOSTICI.

Si declina qualsiasi responsabilità
per l'attualità, correttezza, completezza o qualità delle
informazioni riportate in questa brochure.
Copyright 2019 SYNLAB Italia.

**LE LEZIONI HANNO
UNA DURATA DI 50 MINUTI
PER 2 GIORNI ALLA SETTIMANA.**

Per informazioni e iscrizioni:
info@cemes.it
T. 049 7910700

Direzione sanitaria: Dr.ssa Adriana Gerardi

CEMES

Divisione di Data Medica Padova s.p.a.
Via G. Boccaccio, 106 - 35128 Padova