

PERCORSI INDIVIDUALI DI GINNASTICA POSTURALE

**A CURA DI CLARA ROSINA, COUNSELOR E ISTRUTTORE DI
GINNASTICA POSTURALE**

OBBIETTIVI:

**FAVORIRE L'ALLENAMENTO DI TENSIONI CORPOREE
MUSCOLARI,**

**FAVORIRE L'ALLUNGAMENTO ED IL POTENZIAMENTO DELLA
MUSCOLATURA PARAVERTEBRALE ,**

MIGLIORARE GLI ATTEGGIAMENTI POSTURALI.

**IL PERCORSO VIENE MODULATO SULLE ESIGENZE DI OGNI
SINGOLO INDIVIDUO E STUDIATO SULLA BASE DELLE
INDICAZIONI DEGLI OPERATORI CHE EFFETTUANO L'INVIO (**
FISIOTERAPISTA, FISIATRA, CHIROPRACTICO, OSTEOPATA)

ORARIO E FREQUENZA DA CONCORDARSI

SEDE: VIA XII OTTOBRE 10/27 V PIANO GENOVA

PER INFORMAZIONI:

CLARA ROSINA CELL.3338425345

SITO WWW.CLARAROSINA.IT