

UISP Ivrea Canavese in collaborazione con il comune di Bollengo e l'A.S.L. TO4 apre da settembre 2016 a giugno 2017 il centro di

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.

SALONE COMUNALE DI BOLLENGO

**Piazza Statuto 1, Bollengo
martedì e giovedì dalle 10 alle 12**

L'attività è organizzata in moduli di 20 lezioni di un'ora.

Quote di partecipazione per ogni singolo modulo: 40 €.

Iscrizione e assicurazione annuale 5 € (solo per i non tesserati UISP).

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

Per informazioni ed iscrizioni telefonare ai numeri

3406743656 - 3423751117