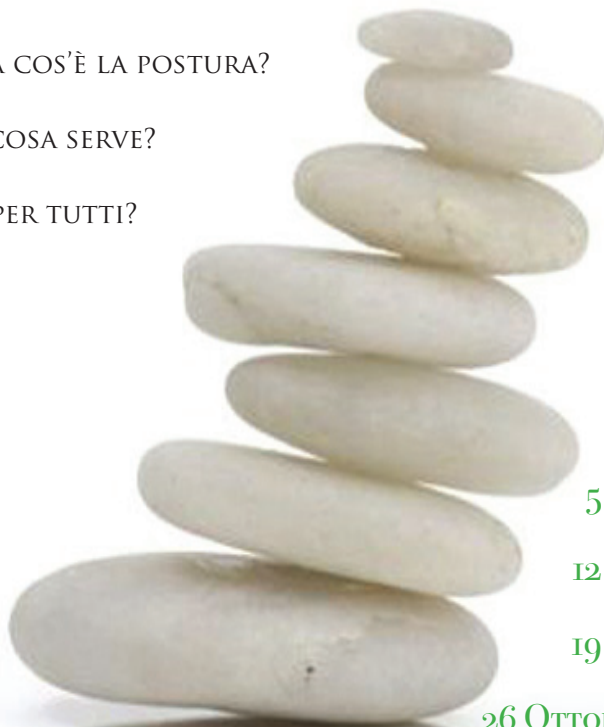


LA POSTURA

MA COS'È LA POSTURA?

A COSA SERVE?

E' PER TUTTI?



5 OTTOBRE,

12 OTTOBRE,

19 OTTOBRE,

26 OTTOBRE, 2017.

ASSOCIAZIONE **SEMPRE IN-FORMA A.S.D.**



Viale Lucania 18 - Metro Gialla fermata Corvetto - www.ilpoliteatro.org - ilpoliteatro@libero.it

LA POSTURA INFLUISCE SUL NOSTRO BENESSERE:

ASSOCIAZIONE SEMPRE IN-FORMA A.S.D. organizza 4 incontri che si terranno presso IL POLITEATRO Milano, il prof. Paolo Beretta (Massofisioterapista, Chinesiologo, Esperto in problematiche Posturali) ci aiuterà a: CONOSCERE, COMPRENDERE e APPLICARE utili suggerimenti per il raggiungimento del nostro benessere.

✻ GIOVEDÌ 5 OTTOBRE DALLE ORE 18 ALLE ORE 19,30

Il benessere non ha età ... e non c'è età per avere benessere;

✻ GIOVEDÌ 12 OTTOBRE DALLE ORE 18 ALLE ORE 19,30

Ernia al disco – Artrosi all'anca – cervicalgie, tre patologie molto diffuse. Quali le cause, come prevenirle, come curarle;

✻ GIOVEDÌ 19 OTTOBRE DALLE ORE 18 ALLE ORE 19,30

Come una corretta alimentazione, può migliorare la postura e prevenire i dolori;

✻ GIOVEDÌ 26 OTTOBRE DALLE ORE 18 ALLE ORE 19,30

Una corretta respirazione come può influenzare positivamente il nostro benessere.

Ingresso libero

Con il contributo
del Municipio 4

