



MediPerson

CENTRO DIAGNOSTICO TERAPEUTICO

su misura per te

Direttore Sanitario:
Dr. Marco Andrea Pasqualini

Palestra Terapeutica

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
9.00/10.00	GINNASTICA DOLCE	CORSO PRE PARTO	GINNASTICA DOLCE	PELVIC POWER	GINNASTICA DOLCE
10.00/11.00	PARKINSON LAB	CORSO POST PARTO			
11.00/12.00		MASSAGGIO NEONATALE			
12.30/13.30	PILATES TERAPEUTICO	GINNASTICA DOLCE	PILATES TERAPEUTICO	PILATES TERAPEUTICO	PILATES TERAPEUTICO
17.00/18.00		PILATES TERAPEUTICO		PILATES TERAPEUTICO	
18.45/19.45	PILATES TERAPEUTICO			PILATES TERAPEUTICO	

DETTAGLI E PREZZI DEI CORSI SUL RETRO DEL VOLANTINO ➔

*i migliori specialisti
al servizio della tua salute*

PER TUTTI I CORSI È NECESSARIO ESSERE MUNITI DI CERTIFICATO MEDICO. TUTTI I CORSI SONO EFFETTUATI DA PERSONALE SANITARIO.

GINNASTICA DOLCE



Frequenza: 2 volte a settimana - Costo mensile: 110€

Frequenza: 1 volta a settimana - Costo mensile: 60€

Frequenza: 1 volta a settimana - Costo mensile: 60€

La ginnastica dolce è un tipo di attività fisica a basso impatto, che favorisce il movimento senza grossi sforzi. Vengono effettuati esercizi per stimolare la muscolatura e l'apparato cardio-respiratorio senza però sovraccaricare le articolazioni. L'obiettivo è mantenere e recuperare le abilità motorie per svolgere le attività quotidiane senza difficoltà. Per questo è adatta anche a persone over 60. Gli esercizi verranno adattati in base a patologie pregresse o a specifiche caratteristiche del partecipante. Il corso si svolge a piccoli gruppi principalmente a corpo libero o con piccoli attrezzi.

PARKINSON LAB

Frequenza: 1 volta a settimana

Costo mensile: 60€

La malattia di Parkinson è una patologia molto comune che interessa l'1% della popolazione al di sopra dei 60 anni di età.

La diagnosi precoce è importante perchè consente una gestione ottimale della sintomatologia, sia dal punto di vista farmacologico che riabilitativo.

La riabilitazione è fondamentale in tutte le fasi, fin dalla diagnosi, per rallentare il decorso e prevenire le complicanze. Presso Mediperson è a disposizione un'equipe multidisciplinare altamente specializzata composta da neurologo, fisiatra, fisioterapista, logopedista, psicologo, nutrizionista e tecnico ortopedico che prenderanno in carico globalmente le diverse necessità di ogni paziente.

Parkinson Lab ti permetterà di essere seguito in un luogo dedicato per effettuare sedute di rieducazione e fisioterapia con personale specializzato.

CORSO PRE PARTO

Frequenza: 1 volta a settimana

Costo mensile: 60€

Percorso teorico-pratico-esperienziale per affrontare la gravidanza/travaglio/parto in maniera consapevole. Gli incontri saranno un mix di teoria, per affrontare gli argomenti più importanti della gravidanza/travaglio e parto, e di ginnastica dolce, per permettere di alleviare il mal di schiena, rinforzare la muscolatura del pavimento pelvico e prepararsi alla gestione del travaglio e del parto creando la giusta connessione tra diaframma respiratorio e pavimento pelvico.

CORSO POST PARTO

Frequenza: 1 volta a settimana

Costo mensile: 60€

Percorso teorico esperienziale per conoscere la rinascita di una nuova donna. Cambiamenti ormonali, allattamento, alimentazione, movimento per conquistare una nuova femminilità all'interno della triade donna/bambino/genitore.

PELVIC POWER

Frequenza: 1 volta a settimana

Costo mensile: 90€

Consapevolezza, movimento e femminilità. Percorso teorico-esperienziale per conoscere, amare, utilizzare e curare il pavimento pelvico (Rivolto a donne di ogni età).

MASSAGGIO NEONATALE

Frequenza: 1 volta a settimana

Costo mensile: 150€

Massaggiare il proprio bambino significa imparare a leggere i suoi segnali e instaurare con lui un dialogo profondo che va al di là delle parole.

PILATES TERAPEUTICO



Frequenza: 2 volte a settimana - Costo mensile: 120€

Frequenza: 2 volte a settimana - Costo mensile: 120€

Frequenza: 2 volte a settimana - Costo mensile: 120€

Il Pilates Terapeutico può essere praticato da tutti e a tutte le età come trattamento riabilitativo e come trattamento di mantenimento per diminuire il rischio di recidive. Il Pilates Terapeutico utilizza i principi base del pilates (come il rinforzo dei muscoli stabilizzatori del rachide e il respiro diaframmatico) adattando gli esercizi a seconda delle caratteristiche o eventuali patologie del paziente, per portarlo gradualmente ad una maggior percezione e consapevolezza del proprio corpo. Durante la seduta verranno svolti programmi di esercizi specifici in progressione fino al recupero funzionale completo. Il nostro centro esegue questo tipo di trattamento in sedute di piccoli gruppi, con esercizi a corpo libero o con piccoli attrezzi (pesetti, elastici, circlé, foam roller, softball, fitball).