

Fizjoterapia

To propozycja dla członków Uniwersytetu Entuzjastów Świata oraz innych seniorów, którzy chcą zadbać o swoją kondycję fizyczną. Zajęcia prowadzi Kinga Ryszewska, wykwalifikowana fizjoterapeutka.

Ćwiczenia prowadzone są w małych grupach i uwzględniają indywidualne potrzeby uczestników fizjoterapii. Dzięki regularnej rehabilitacji ruchowej można:

- rozwijać kondycję fizyczną,
- korygować nieprawidłową postawę ciała w pozycji stojącej i siedzącej,
- poprawić koordynację i równowagę ciała,
- polepszyć kondycję psychiczną.





















Poprzednie

Następne