

Zajęcia grupowe „Sprawny Senior”



W trosce o zdrowie senierek i seniorów Wielkopolskie Centrum Fizjoterapii poszerza swoją ofertę o zajęcia grupowe „Sprawny Senior”. Dedykowane są one osobom w wieku 65+, które chcą poprawić swoją ogólną sprawność fizyczną.

W zajęciach mogą wziąć udział także osoby borykające się z ograniczeniami zakresu ruchu w stawach, bólami kręgosłupa i stawów czy ogólnym uczuciem sztywności ciała. Ćwiczenia są dostosowane do możliwości uczestników.

Zajęcia odbywają się dwa razy w tygodniu, w niewielkich grupach, pod okiem wykwalifikowanych fizjoterapeutów, na co dzień pracujących z seniorami. Cena: 30 zł (45 min. zajęć, przy wykupieniu pakietu 10 zajęć senior otrzyma rabat).

Zapisy i szczegóły:

- Wielkopolskie Centrum Fizjoterapii, ul. Łomżyńska 1, tel. 692 750 222 | [Wielkopolskie Centrum Fizjoterapii: strona internetowa](#) | [Wielkopolskie Centrum Fizjoterapii: Facebook](#)

Wielkopolskie Centrum Fizjoterapii otrzymało od Centrum Inicjatyw Senioralnych certyfikat w ramach [akcji „Miejsca Przyjazne Seniorom”](#).