



Dott.ssa Michela Solari
Chinesiologo

Attività:

*Prevenzione delle cadute
Ginnastica Posturale -
Rieducazione al movimento
Preparazione Atletica
Personal Trainer*

PREVENZIONE DELLE CADUTE

Rinforzo capacità coordinative e condizionali per una maggior sicurezza e fiducia del proprio corpo

PREPARAZIONE ATLETICA

Allenamento personalizzato in base ai propri obiettivi sportivi. "determinazione, costanza, successo"

L'OASI di AFMA Via Vado, 16A
16154 Genova Sestri Ponente

Contatti:

345 3057155

345 6047877

afmagenovaonlus@gmail.com

www.afmagenova.org

GINNASTICA POSTURALE - RIEDUCAZIONE AL MOVIMENTO

Ritrovare l'equilibrio del sistema muscolo scheletrico attraverso movimenti che hanno come fine il miglioramento della postura e il controllo del corpo

PERSONAL TRAINER

"Abbi cura del tuo corpo,
è l'unico posto in cui devi
vivere"