



2a Conferència “POSTURA I MAL D’ESQUENA”

A càrrec de Núria Caballé, fisioterapeuta i professora
de Reeducació Postural

En la societat actual tots estem exposats a patir problemes de columna. El sedentarisme, les males postures a la feina i l'exercici fet de forma incorrecta ens porta a patir àlgies cròniques o puntuals a l'esquena; i no podem cometre l'error de considerar-les naturals o inevitables.

Gràcies a la higiene postural i la reeducació postural podem prendre consciència de la nostra postura, i aprendre de forma pràctica comportaments i exercicis que preservin la salut de la nostra esquena. No ho dubtis i, vine!



Data: Dilluns 25 Maig

Hora: 19:30h

Lloc: Centre Núria Caballé Fisioteràpia

Entrada: GRATUITA per a tothom

Adreça i accés: c/Pere Serra, 30 bx

(entre Parc Central i Escola Arquitectura)

Fàcil aparcament. Autobús L2.

A 5' a peu estació FGC.

Reserva plaça: 935836606

centre@nuriacaballe.com