

Αθλητικός Σύλλογος ΑμεΑ «ΚΟΤΙΝΟΣ»

ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Από τον ΜΑΡΤΙΟ 2014

Στο Νέο Κλειστό Κολυμβητήριο Αλεξανδρούπολης

Τρίτη & Πέμπτη

9.15—10.00



Η Υδροθεραπεία είναι η εφαρμογή μεθόδων κινησιοθεραπείας στο νερό τόσο σε ατομικό επίπεδο, όσο και σε μικρότερες ομάδες ομοιοπαθούντων. Αποτελεί την ανατρεπτική και εναλλακτική μορφή αποκατάστασης και άσκησης πληθυσμών όλων των ηλικιών από 6 μηνών ως 80 ετών. Είναι η λύση εκεί που η αποκατάσταση και η άσκηση στη ξηρά είναι απαγορευτική για πολλές χρόνιες παθήσεις και μυοσκελετικούς τραυματισμούς κατά την έναρξη και την εξελικτική πορεία τους. Το νερό ένα περιβάλλον φιλόξενο, το οποίο με την κατάλληλη θερμοκρασία 28°-37° και τον απαραίτητο εξοπλισμό άνωσης-ενδυνάμωσης και διάτασης, προσφέρει ασφάλεια, τόνωση της αυτοπεποίθησης και ευεξία, αποτελώντας με τον τρόπο αυτό τη φυσική αποκατάσταση του χρόνιου πόνου.

Υπεύθυνη Προγράμματος: ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗ ΔΑΦΝΗ (6932318057 & 6981038586)

Επιστημονική Σύμβουλος & Συνεργάτης: KOTZAMANIDOU MARIANNA BSc, MSc, PT, PhD
Καθηγήτρια Ειδικής Φυσικής Αγωγής-Φυσικοθεραπεύτρια

Για αιτήσεις συμμετοχής, λεπτομέρειες προγράμματος, Εξειδικευμένες Πληροφορίες

Απευθυνθείτε στα Γραφεία του Συλλόγου (Εντός του Νέου Κολυμβητηρίου)

Τηλέφωνα επικοινωνίας: 6946467287, 6973939177, 6977444463, 6973080140, 6932318057



www.kotinos.gr * e-mail: kotinos2010@yahoo.gr—info@kotinos.gr