

**CASA CULTURALE-CIRCOLO A.R.C.I SAN MINIATO
BASSO ORGANIZZANO**

MARTEDI 13 NOVEMBRE 2012 ORE 16.30

C/O LOCALI CASA CULTURALE

MAL DI SCHIENA: ISTRUZIONI PER L'USO



COSA SAPPIAMO DEL MAL DI SCHIENA

IL DOLORE: COSA E' E COSA NON E'

COME CURARE IL MAL DI SCHIENA

STRATEGIE DI PREVENZIONE

LE 10 REGOLE DI VITA CON IL MAL DI SCHIENA

DIMOSTRAZIONE PRATICA

RELATORI

Dott.ssa Lucia Bacciottini

terapista manuale, master 1° livello in "Riabilitazione dei disordini muscolo-scheletrici" c/o Università di Genova, si occupa da più di dieci anni di fisioterapia delle patologie articolari e dello sportivo.

Elena Menchi

diplomata ISEF, è proprietaria della Palestra Bodymind di Santa Croce s/Arno dove insegna danza classica e hiphop a bambini ed adulti; inoltre si occupa del progetto AFA dell'AUSL 11 per gli anziani.