

A chi si rivolge

A bambinə e ragazzə, dai 5 anni ai 18/19 anni, che presentano **paramorfismi**, **dismorfismi** e problematiche come:

- **atteggiamenti posturali scorretti** quali ceduta posturale, chiusura del pettorale, caduta in avanti del bacino, rettilinizzazioni di colonna, scapole alate;
- **deviazioni del rachide** nei diversi piani dello spazio come scoliosi, ipercifosi, iperlordosi, dorso curvo;
- **disfunzioni agli arti inferiori** come varismo, valgismo, sindrome di Osgood-Schlatter, piedi piatti;
- **squilibri posturali** da attività sportive specializzate.

L'importanza della ginnastica in ambito correttivo con l'**AFA** è fondamentale per i **portatori di ortesi** come i corsetti ortopedici o tutori.

CONI Ente di promozione sportiva ITALIA

asi ASSOCIAZIONI SPORTIVE SOCIALI ITALIANE

Per info

Contattaci

SEGRETERIACNG@GMAIL.COM

FISSO: 039-2050962
MOBILE: 329-2328417

VIA SCHIAPARELLI 6
20852 MB – VILLASANTA

WWW.NUOVAGINNASTICA.COM

NG CENTRO di CHINESIOLOGIA

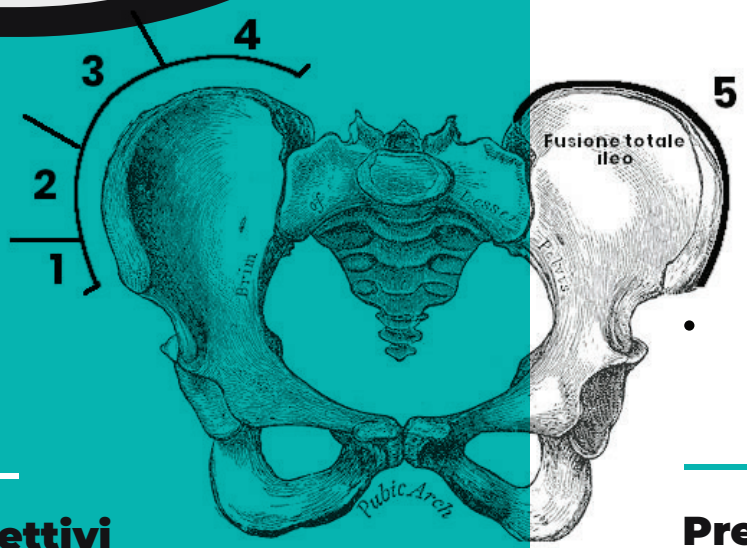


Attività Fisica Adattata A.F.A.

NUOVA GINNASTICA

Cosa è

È un **programma di esercizio fisico** non sanitario che si svolge in **forma individualizzata** con **esercizi attivi** di ginnastica orientati alla **gestione** di tutte le **problematiche** legate alla crescita e allo sviluppo posturale, sia in **forma preventiva** che di cura in età di sviluppo.



Obiettivi

L'obiettivo è **intervenire efficacemente** sulle diverse problematiche controllando la spinta puberale, impostando **posture corrette** e stimolando la presa di **coscienza di sé** attraverso il movimento. Migliorare la propria postura significa garantire un **corretto sviluppo** delle strutture per poter crescere e scongiurare problematiche a carico del rachide.

"...la miglior prevenzione dei Paramorfismi giovanili è il movimento...
Un atteggiamento viziato può scomparire rapidamente, un difetto di struttura, (Dismorfismo) nella migliore delle ipotesi, si può solo ridurre...".

Professor Sergio Pivetta

Presa in carico

Il ragazzə viene preso in carico da un'**equipe di professionisti laureati** in **Fisioterapia e Chinesiologi** specializzati in Attività fisica preventiva e adattata.

Il percorso viene impostato con i **medici di riferimento**: di medicina generale, pediatra, ortopedico e fisiatra per pianificare al meglio un programma di lavoro personalizzato.

La **gestione** dell'attività avviene **con:**

- **colloquio preliminare** con presa visione delle visite mediche e degli esami strumentali effettuati (rx, rmn..);
- **valutazione e controllo posturale** nei diversi piani dello spazio con misurazioni dettagliate utili ad impostare l'autocorrezione e la postura corretta;
- **analisi dello stile di vita** (sport, abitudini, hobby, caratterialità);
- **predisposizione** di una scheda di lavoro di ginnastica personalizzata correttiva.

L'**AFA** si svolge presso il nostro Centro in un **ambiente dedicato** e riservato in maniera **individualizzata** in **piccoli gruppi** con verifiche periodiche del lavoro svolto.

