

Una postura scorretta produce degli scompensi strutturali che presto si manifesteranno con il dolore

Ti verrà consigliata la migliore attività da seguire in base all'analisi posturale inizialmente eseguita dall'osteopata.

Seguici su:

www.facebook.com/EASStudioPosturale



@easstudio



easstudioposturale



Piazza A. Gramsci, 8
20082 Binasco (MI)
Tel. 02 91110195
Mob. 339 1695702
info@easstudio.it
www.easstudio.it

Orari di apertura:
Lun-Ven 9:00 - 20:00
Sab 9:00 - 18:00

EAS  **Studio Posturale**
Equilibrio - Armonia - Salute



Servizi per la salute
della tua schiena e
il tuo benessere



Ti offriamo professionalità e cordialità in un ambiente elegante.

Da noi troverai....

Equilibrio

il benessere della persona passa attraverso il riequilibrio delle tensioni generali del corpo.

Armonia

intesa come vitalità e pace interiore.

Salute

Benessere psico-fisico della persona

Servizi Offeriti

- **Ginnastica correttiva e posturale:** adatta per scoliosi, iperlordosi, ipercifosi e disarmonie del rachide.
- **Ginnastica antalgica:** attività motoria a scopo terapeutico.
- **Pilates:** rafforza gli addominali, conferisce pieno controllo del corpo, dona la potenza combinata tra corpo e mente.
- **Pancafit:** attrezzo che consente di allungare in maniera globale le catene cinetiche muscolari che influenzano la postura.
- **Ginnastica pre-post gravidanza:** attività fisica utile per allenare i muscoli coinvolti durante il parto, mantenere una buona forma fisica durante i mesi dell'attesa e recuperare tono e postura nei mesi successivi all'evento.
- **Ginnastica dolce:** attività motorie semplici adatte alla terza età.
- **Psicoterapia e Training Autogeno**
- **Nutrizione**
- **Fisioterapia**
- **Stretching:** esercizi di allungamento muscolare e mobilità articolare.
- **Linfodrenaggio:** sfioramenti manuali per la riattivazione della circolazione linfatica indicato in caso di ritenzione idrica, cellulite e stasi linfatiche post-chirurgiche.
- **Osteopatia:** tecniche manuali specifiche applicate sul sistema fasciale, muscolo-scheletrico, viscerale, cranio-sacrale.
- **Massaggio terapeutico decontratturante:** permette la completa distensione muscolare.
- **Massaggio rilassante:** per il riequilibrio neuro-muscolare.
- **Massaggio drenante-anticellulite:** aiuta ad eliminare i liquidi in eccesso.

Le attività motorie possono essere svolte sia individualmente, che in gruppo.

