



Programma di mantenimento per pazienti cardiopatici

Il programma di mantenimento per pazienti cardiopatici permette di proseguire le attività motorie organizzate tra le quali:

allenamento aerobico, rinforzo muscolare, esercizi d'equilibrio e propriocezione, stretching, introduzione alle tecniche di rilassamento, esercizi di respirazione e allenamento respiratorio (Spirotiger), attività in acqua, walking, nordic walking, escursioni e giornate sportive.

Si tratta di un'ottima opportunità per praticare una regolare e variata attività motoria, sotto controllo di un terapeuta qualificato, in un ambiente rilassato e cordiale, dove ognuno prosegue al ritmo più adatto per sé stesso.

Il programma si compone di 2 incontri settimanali (fissi) e d'attività facoltative organizzate secondo la stagione.

I costi sono parzialmente coperti dalle casse malattia (assicurazione complementare).