

## Di cosa si tratta?

### *L' AFA è l'Attività Fisica Adattata*

- Il programma dei corsi è gestito dai nostri Operatori e concordato con l'ULSS n° 2 di Feltre.
- L' A.F.A. è consigliata dal medico di base per specifiche alterazione dello stato di salute.
- L'attività è gestita dall' ASSI ONLUS grazie ad una convenzione sottoscritta con l'ULSS n° 2 di Feltre.
- Gli esercizi fisici proposti dagli istruttori qualificati contribuiscono al recupero della muscolatura scheletrica, a ridurre il dolore osteo-articolare, migliorare lo stato delle articolazioni, aumentare la resistenza alla fatica.
- L' A.F.A. contribuisce a migliorare la qualità della vita.

## Info e costi

- Normalmente l'attività è prevista in dieci lezioni di un'ora ciascuna
- I corsi si tengono con un numero massimo di dodici partecipanti
- Il costo del corso è di € 60,00 a persona + € 5,00 per tesseramento CSEN.
- I corsi si terranno presso la palestra del Tennis club Sedico/ASSI Onlus in via Villa, 7 a Sedico
- Si può richiedere il servizio di trasporto



Per informazioni e prenotazioni rivolgersi a:

### **ASSI ONLUS**

Associazione Sociale Sportiva Invalidi

### **Sede Operativa**

32036—Sedico Via Villa,7

Tel : 0437-852418

mail: [assi.onlus@gmail.com](mailto:assi.onlus@gmail.com)

web: [www.assionlus.it](http://www.assionlus.it)

## Attività Fisica Adattata

### A.F.A.



***Il movimento a  
qualunque età  
è vita***

ASSI ONLUS e ULSS n° 2 di Feltre  
propongono corsi di:

### ***Attività Fisica Adattata***

Una proposta volta alla  
prevenzione e alla promozione  
della salute rivolta a tutti

## Insieme per la salute



ULSS n° 2 Feltre e ASSI ONLUS hanno sottoscritto una convenzione finalizzata alla promozione della vita indipendente e l'inclusione sociale delle persone.

La pluriennale esperienza dell'ASSI ONLUS permette di rivolgersi anche a persone disabili con proposte personalizzate.

La supervisione della direzione del Centro di Recupero e Rieducazione funzionale di Lamon/Feltre garantisce la qualità delle attività.

## Gli operatori



La professionalità dei fisioterapisti dell'ULSS o dalla stessa formati offre la possibilità di usufruire di operatori preparati e specializzati.

Partecipando ai corsi troverai accompagnatori che ti sapranno ascoltare e ti aiuteranno a recuperare un buon livello di benessere.

## Chi può partecipare?



Tutti possono partecipare

I corsi sono particolarmente adatti alle persone soggette a lombo sciatalgia, osteoporosi, artrosi, difficoltà di deambulazione ...

Lo stato di salute delle persone sarà costantemente monitorato dai professionisti sempre presenti e l'attività verrà adattata alle specifiche esigenze dei partecipanti.