

TRATTAMENTI PERSONALIZZATI ANCHE A DOMICILIO



Dott. Raimondo Atzori

STUDIO CHINESIOLOGICO

CHINESIOLOGIA PREVENTIVA E COMPENSATIVA

- **BACK SCHOOL**
mal di schiena
- **NECK SCHOOL**
cervicalgia
- **BONE SCHOOL**
osteoporosi
- **RIEQUILIBRIO POSTURALE**
scoliosi
- **RECUPERO FUNZIONALE
POST-TRAUMATICO E CHIRURGICO**
rieducazione ginocchio, spalla, anca,
caviglia/piede
- **CIRCUITO METABOLICO**
diabete, obesità, ipertensione
- **GINNASTICA DOLCE**
- **GINNASTICA IN GRAVIDANZA
E POST-PARTO**
- **PROPRIOCEZIONE E STRETCHING**

TRATTAMENTI OLISTICI BIO-NATURALI

- **DECONTRATTURANTE**
cervicale, dorsale, lombare
- **RILASSANTE E ANTISTRESS**
salute e benessere
- **CIRCOLATORIO DRENANTE**
gambe e glutei
- **PLANTARE**
gambe e piedi



Via R. Leoncavallo 4a
ORISTANO - Tel. 346.0587149

SI RICEVE SU APPUNTAMENTO



Back School

Ginnastica preventiva

Riequilibrio posturale

Recupero funzionale

Circolo metabolico

Trattamenti olistici

www.raimondoatzori.it



STUDIO CHINESIOLOGICO

Lo Studio del Dott. Raimondo Atzori si trova ad Oristano. È composto da un'ampia sala dotata di attrezzature professionali di ultima generazione. La struttura è dotata di due spogliatoi con annessi servizi igienici a norma anche per diversamente abili.



GINNASTICA PER PREVENIRE IL MAL DI SCHIENA

Il mal di schiena è un problema molto comune che, se non trattato opportunamente, può divenire una patologia.

Il miglior modo per prevenirlo è lo svolgimento di esercizi di ginnastica mirati al rafforzamento della muscolatura della colonna vertebrale.

CHE COS'È LA BACK SCHOOL

La "Back School", letteralmente tradotta "Scuola della schiena", è sorta per insegnare tutto quello che serve per prevenire il mal di schiena e la cervicalgia; non è una semplice ginnastica per il mal di schiena, ma una vera e propria scuola.



Questo tipo di ginnastica si è dimostrato il più efficace nel trattamento del mal di schiena, rendendo l'individuo non più passivo esecutore di cure prescritte dal medico, ma attivo protagonista del suo trattamento.

Essa prevede una serie di esercizi che ristabiliscono l'equilibrio muscolare, occupandosi di come imparare i gesti e le posizioni corrette da assumere quotidianamente con lo scopo di riequilibrare la muscolatura liberandola dalle tensioni.

TRATTAMENTI OLISTICI

Il massaggio è una pratica utilizzata da sempre per i benefici sul corpo e sulla mente che si ottengono grazie alla manipolazione.

Ma i benefici ottenuti sono diversi e dipendono dal tipo di massaggio e dai prodotti naturali utilizzati: i massaggi possono aiutare la capacità respiratoria, riattivare la circolazione sanguigna e linfatica, eliminare contratture, rilassare la muscolatura, produrre benefici anche psicologici quali una distensione mentale e un aumento del benessere interiore.



Ognuno di noi è completamente diverso da qualsiasi altro e necessita, come tale, un lavoro su misura per lui.

Jean le Boulche