



AJUNTAMENT VILAFRANCA DEL PENEDÈS



SERVEI DE FISIOTERÀPIA

El servei de fisioteràpia del Complex Aquàtic disposa de més de 20 anys d'experiència, assessorant i tractant tot tipus de patologies i lesions i ajudant a retrobar el benestar corporal.

complexaquatic.cat



MASSATGES I TRACTAMENTS

MASSATGE DESCONTRACTURANT ANTIÀLGIC

Massatge muscular profund per reduir les contractures i tractar el dolor i la inflamació.

MASSATGE ESPORTIU

Per tractar les lesions i dolors causats per la pràctica esportiva.

MASSATGE RELAXANT

Massatge general del cos sencer amb efecte sedant i antiestrès.

MASSATGE DE DESCÀRREGA

Per posar el vostre cos a punt i normalitzar la musculatura després de la pràctica esportiva.

MASSATGE CIRCULATORI

Per afavorir la circulació venosa i així augmentar la proporció d'oxigen en els teixits corporals.

DRENATGE LIMFÀTIC

Per evitar la retenció de líquids i així mantenir l'equilibri adequat en els teixits i la sang. Indicat per a tractaments anticel·lulítics.

TÈCNiques FASCIALS I VISCERALS

Teràpia que valora i treballa sobre la part miofascial que recobreix la nostra musculatura i sobre els òrgans i vísceres abdominals com a generadors i receptors de moltes de les tensions corporals.

PUNCIÓ SECA

Tractament dels punts gallets miofascials (PGM) i les contractures a través de l'estímul mecànic d'una agulla d'acupuntura.

ACUPUNTURA

Tècnica basada en la Medicina Tradicional Xinesa que consisteix en la inserció d'agulles molt fines a la pell en punts estratègics del cos per equilibrar les patologies tant d'origen físic, com mental i emocional. Ens ajuda a treballar sobre el dolor, la inflamació, els desequilibris hormonaus, millora el benestar emocional i l'estrès,...

KINESIOTAPE

Embenats funcionals que no limiten el moviment ni la força i que donen una major estabilitat i informació propioceptiva a les zones lesionades i ajuden a reduir els edemes i les inflamacions.

ULTRASÒ

Aparell que es basa en teràpia tèrmica mecànica amb efectes antiàlgics i antiinflamatoris.

MOBILITZACIONS I ESTIRAMENTS

Tècnica per millorar la mobilitat articular i la flexibilitat muscular.

EXERCICIS TERAPÈUTICS

Programa d'exercicis posturals adaptats a cada fase de la patologia i lesió corresponent.





ASSESSORAMENT I ACOMPANYAMENT FISIOESPORTIU

T'assessorem, informem i orientem sobre la millor pràctica esportiva adaptada a les teves preferències, ajustant-nos a les capacitats físiques particulars de cada pacient, per obtenir una màxima adherència a l'activitat realitzada i obtenint el màxim rendiment personal sense patir lesions. T'acompanyem a la sala Fitness i t'ensenyem els millors exercicis per cada patologia, assegurant-nos de la seva bona realització, de reduir al màxim l'impacte sobre les zones lesionades i afavorir la millor recuperació de qualsevol malaltia o limitació.



TERÀPIA AQUÀTICA

Exercicis adaptats al medi aquàtic que ens permet flexibilitzar i reforçar la musculatura sense comprometre les articulacions, treballar l'equilibri i la propiocepció i relaxar el sistema nerviós. Ideal per persones amb dolor, limitació, patologies neurològiques (hemiplegies, parèsies,...) o en tractaments post-operatoris on es pot començar el treball rehabilitador des de les primeres fases amb molt bons resultats finals. Fisioterapeutes formats en el **Mètode Halliwick**.



PROTOCOLS D'ESCOLIOSIS PER A INFANTS

Pautes personalitzades d'exercicis de natació i/o d'exercici terapèutic programades després de valorar a consulta cada cas particular. S'aconsella aportar proves diagnòstiques (radiografies, informes,...). Es facilita la derivació de l'infant a un curs de natació amb les aportacions específiques per la seva escoliosis.



PROGRAMES DE SALUT

Classes terapèutiques grupals realitzades des del Servei de Fisioteràpia per ajudar-te a mantenir la salut, a treballar la consciència corporal, la higiene postural i evidenciar quins son els mecanismes lesionals per evitar la seva perpetuació i alliberar així el cos de possibles recaigudes del dolor i la inflamació.

Pots escollir entre:

- Gimnàstica Terapèutica Postural.
- Gimnàstica Abdominal Hipopressiva.
- Gimnàstica Aquàtica Terapèutica.
- Abdominals i Estiraments a l'aigua.

HORARIS I PREUS

Horari de visites: De dilluns a divendres de 8 h a 21 h.

Per demanar hora, us podeu adreçar al **vestíbul** del Complex Aquàtic o trucar al telèfon **93 817 37 76** o via whatsapp al **667 511 486**.

	Preu abonat	Preu no abonat
Sessió de 30 minuts	27,93 €	39,91 €
Sessió de 50 minuts	35,81 €	51,17 €
Sessió aquàtica de 45 minuts Sessió teràpia sala de fitness 45 minuts	35,81 €	51,17 €
Abonament de 6 sessions de 50 minuts	No disponible	39,66 € per sessió *

* Les sessions de l'abonament es poden anar pagant a mesura que es van fent les sessions. Cal abonar el 30% al fer la reserva. Preus vàlids segons preus públics, des de l'inici de les activitats d'estiu fins a 30 de juny, subjectes a errors tipogràfics. S'aplica un descompte del 7% per a persones empadronades a Vilafranca.

HORARIS

De dilluns a divendres de 06 a 22:30 h

Dissabtes de 09 a 20 h

Diumenges i festius de 09 a 14 h



info@complexaquatic.cat



667 511 486



93 817 37 76
93 817 23 18



complexaquatic.cat

Carrer Antic Camí de Sant Martí, 12
08720 Vilafranca del Penedès



@complexaquatic