Taller de fortalecimiento muscular

Categoría: Recursos para pacientes
Publicado: Domingo, 10 Agosto 2025 19:54
Escrito por: Super User
Visitas: 2102

Material educativo para pacientes

¿Quieres que tu pacientes ganen movilidad y flexibilidad fortaleciendo tus músculos, y además mejoraren la coordinación y el equilibrio?

Este programa a distancia guiará a tus pacientes con cuatro clases semanales dinámicas, impartidas por un profesional en el área del adulto mayor.



Los ejercicios están diseñados para que puedas realizarlos desde tu hogar con elementos sencillos que están al alcance. Cada clase es distinta y única. La complejidad e intensidad de los ejercicios serán incrementadas en forma gradual

Recomendar

Phoca PDF