

# SERVEIS DE SALUT

## Claror Sardenya

1/3

### ASSESSORAMENT MÈDIC-ESPORTIU

És aconsellable abans de l'inici de qualsevol activitat física per assessorar en la pràctica esportiva més adequada per a tu, per prevenir lesions i per identificar possibles contraindicacions en determinats exercicis o activitats. Els nostres metges i tècnics et fan un programa personalitzat.

		Abonat	No abonat
Consulta mèdica	de prescripció d'exercici	35,10 €	46,80 €
	amb targeta rosa	22,81€	30,42 €
	segones consultes	20,58 €	27,44 €



### DRENATGE LIMFÀTIC

Tècnica manual suau que elimina els líquids retinguts en els teixits superficials cap a la circulació general. És útil en edemes, cel·lulitis, varius i traumatismes.

		Abonat	No abonat
drenatge limfàtic	1 sessió 50'	43,91 €	58,53 €
	Multitiquet 3 sessions	127,12 €	202,90 €
	Multitiquet 5 sessions	199 €	265,32 €
facial	1 sessió 25'	23,73 €	31,64 €
abdominal	1 sessió 25'	23,73 €	31,64 €



### ESTIRAMENTS MIOTENSIS

En aquesta tècnica el fisioterapeuta ajuda a fer l'estirament a l'usuari. Comença amb un massatge per preparar el múscul, després es tensa aquest fent força contra alguna cosa (tensió isomètrica), al cap d'uns segons es relaxa i tot seguit el terapeuta estira el múscul durant 10 segons més.

		Abonat	No abonat
1 sessió		23,73 €	31,64 €
5 sessions		102,34 €	136,43 €



### FISIOTERÀPIA

L'equip de fisioterapeutes orienta i planifica els tractaments que s'han de dur a terme. L'objectiu de la fisioteràpia és tractar una lesió o bé prevenir-ne l'aparició.

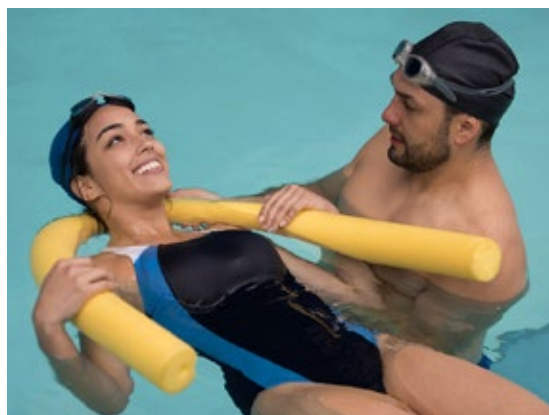
		Abonat	No abonat
consulta		18,04 €	24,09 €
1 sessió 50'		41,54 €	55,39 €
3 sessions 50'		113,40 €	151,21 €
5 sessions 50'		187,79 €	250,40 €



## FISIOTERÀPIA AQUÀTICA

L'aigua és un medi idoni per a la rehabilitació perquè hi ha menys càrrega sobre les articulacions i juntament amb la flotabilitat i la resistència hidrodinàmica, faciliten la recuperació de lesions i ajuden a millorar, mantenir i prevenir diferents patologies.

	Abonat	No abonat
consulta	18,04 €	24,09 €
1 sessió 50'	41,54 €	55,39 €
3 sessions 50'	113,40 €	151,21 €
5 sessions 50'	187,79 €	250,40 €



## MASSATGES

**Massatge aromàtic:** Massatge utilitzant olis essencials d'extractes de plantes, que aconseguen diferents efectes: relaxants, estimulants, antiàlgics, etc.

	Abonat	No abonat
massatge aromàtic	24,81 €	33,05 €

**Massatge esportiu:** Tan si ets esportista regular com si fas activitats de forma esporàdica, t'ajudarà a fer un bon manteniment del teu cos i la musculatura i evitar possibles lesions o sobrecàrregues musculars.

	Abonat	No abonat
sessió 25'	23,73 €	31,64 €
multitiquet 5 sessions	102,34 €	136,43 €

**Massatge terapèutic:** Tècnica manual que té com a finalitat eliminar tensions, disminuir estats de dolor i cansament físic. Els efectes més positius es produeixen en contractures musculars, mals d'esquena, en el sistema circulatori i lesions esportives.

	Abonat	No abonat
sessió 25'	23,73 €	31,64 €
multitiquet 5 sessions	102,34 €	136,43 €



## OSTEOPATIA

És una tècnica de diagnòsi i tractament que utilitza diverses tècniques de teràpia manual amb l'objectiu de reequilibrar les estructures i funcions de l'organisme.

	Abonat	No abonat
primera visita	63,21 €	84,28 €
visita de seguiment	54,16 €	72,24 €
3 sessions	146,12 €	194,84 €



## REFLEXOLOGIA PODAL

A través de punts de pressió sobre zones reflexes dels peus es genera una reacció positiva en altres punts del cos. És molt útil per disminuir l'estrès i afavorir l'equilibri de tot l'organisme.

	Abonat	No abonat
1 sessió 25'	23,73 €	31,64 €
1 sessió 50'	43,91 €	58,53 €
multitiquet 5 sessions 25'	107,56 €	143,16 €
multitiquet 5 sessions 50'	199 €	265,32 €

