

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 | 37,93 € | 50,56 € |
| | amb targeta rosa | 25,41€ | 33,89 € |
| | segones consultes | 22,05 € | 29,96 € |



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' | 47,95 € | 63,92 € |
| | Multiquet 3 sessions | 138,82 € | 180,28 € |
| | Multiquet 5 sessions | 217,31 € | 289,73 € |
| facial | 1 sessió 25' | 25,92 € | 34,55 € |
| abdominal | 1 sessió 25' | 25,92 € | 34,55 € |



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 | | 25,92 € | 34,55 € |
| 5 sessions | | 111,76 € | 148,98 € |



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 | | 19,70 € | 26,30 € |
| 1 sessió 50' | | 45,36 € | 60,49 € |
| 3 sessions 50' | | 123,83 € | 165,12 € |
| 5 sessions 50' | | 205,07 € | 273,44 € |



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 | 19,70 € | 26,30 € |
| 1 sessió 50' | 45,36 € | 60,49 € |
| 3 sessions 50' | 123,83 € | 165,12 € |
| 5 sessions 50' | 205,07 € | 273,44 € |



MASSATGES

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

| | Abonat | No abonat |
|-------------------|---------|-----------|
| massatge aromàtic | 27,09 € | 36,09 € |

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' | 25,92 € | 34,55 € |
| multitiquet 5 sessions | 111,76 € | 148,98 € |

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' | 25,92 € | 34,55 € |
| multitiquet 5 sessions | 111,76 € | 148,98 € |



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 | 69,02€ | 92,03 € |
| visita de seguiment | 59,14 € | 78,88 € |
| 3 sessions | 159,57 € | 212,76 € |



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' | 25,92 € | 34,55 € |
| 1 sessió 50' | 47,95€ | 63,92 € |
| multitiquet 5 sessions 25' | 117,46 € | 156,33 € |
| multitiquet 5 sessions 50' | 217,31 € | 289,73 € |

