

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 MIOTENSUS

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 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 €



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 €

