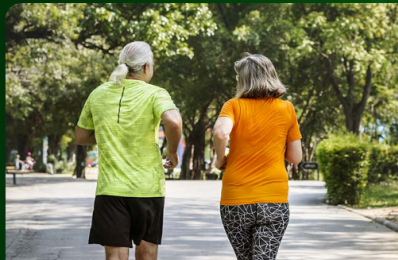


Programa Senior

Dirigido a hombres y mujeres de tercera edad con o sin signos de deterioro cognitivo.



Objetivo

Prevenir o retrasar el deterioro cognitivo y colaborar con el bienestar psicológico de las personas a través de un programa de entrenamiento individual o grupal.

Programa Senior

¿Cómo lo realizamos?

A través de un acompañamiento psicológico, nutricional y entrenamientos neurocognitivos diseñados conforme a las capacidades físicas de los participantes.



Características

- Ejercicios dinámicos y lúdicos.
- Individuales o grupales.
- Entrenamientos diseñados a tu medida.
- Modalidad presencial: en consulta o a domicilio

Beneficios del Programa Senior

- Retrasa el deterioro cognitivo producto del envejecimiento estimulándolo en un ambiente grato y divertido.
- Recupera tu vitalidad y aumenta tu bienestar psicológico y social.

"no necesitas ser deportista ni estar en forma, sólo ganas de pasarlo bien".