

DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ

INCIPIT (80 caratteri)

Ciao,

sono Simona, osteopata e chinesiologa.

Questi paroloni per dirti che prendermi cura delle persone è la cosa più bella che possa fare!

Siamo corpo, mente e spirito, ma siamo anche movimento.

Puoi venire a trovarmi nel mio studio a Senago, qui i miei servizi di:

- **osteopatia**, con le mie mani ritroviamo l'equilibrio che il corpo si merita
- **chinesiologia**, con sedute individuali di esercizio fisico diamo al corpo movimento

Ti saluto e ti aspetto

con ascolto, chiarezza e fiducia,

Simona

TESTO COMPLETO

Ciao,

sono Simona, sono osteopata e chinesiologa specializzata in Attività Fisica Adattata (AFA).

Mi sono laureata in Scienze Motorie presso l'UCSC di Milano nel 2013. Ho proseguito il mio percorso di studi ottenendo il Diploma in Osteopatia all'ISO di Milano nel 2019. A marzo 2023 mi sono laureata in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate presso l'Università San Raffaele di Roma.

Nel settembre 2021 ho aperto il mio studio professionale a Senago, tra Milano e la Brianza.

Qui i miei servizi:

OSTEOPATIA

“L’osteopatia è una professione sanitaria individuata ufficialmente nella Legge 3/2018, Art.7. Obiettivo del trattamento osteopatico è la normalizzazione delle disfunzioni somatiche inquadrate nell’indice clinico e diagnostico (ICD-10), come alterazioni che si manifestano principalmente a carico del sistema muscolo scheletrico con dolore e riduzione di mobilità, attraverso il trattamento manipolativo osteopatico” (ROI, Registro degli Osteopati d’Italia).

L’osteopatia è per tutti. Non cura patologie, ma cerca di far riacquisire al corpo la propria capacità di autoregolazione, aiuta a ricercare l’equilibrio tra struttura e funzione. È complementare ad altre specialità mediche e indicata per tutte le fasce di età.

La valutazione e il trattamento si basano sulla palpazione e la terapia manuale, mettendo al centro la persona.

Spesso il sintomo non è la causa del dolore, che piuttosto va ricercata.

- PRIMA VISITA OSTEOPATICA
- TRATTAMENTI OSTEOPATICI

CHINESIOLOGIA

- AFA significa Attività Fisica Adattata. Si tratta di programmi di esercizio fisico, non sanitari, svolti individualmente o in piccoli gruppi e appositamente disegnati per una serie di condizioni croniche. Parliamo di somministrazione di esercizio in condizioni come: diabete, sindrome metabolica, osteoporosi, osteopenia, artrosi, fibromialgia, ipertensione, obesità, artrite reumatoide, parkinson, patologie oncologiche, lombalgia, sindromi dolorose, gravidanza... e molto altro.
- VALUTAZIONE POSTURALE
- GINNASTICA POSTURALE
- SEDUTE INDIVIDUALI DI ALLENAMENTO
- MINICLASSI DI GINNASTICA PER ADULTI (max 3-4 persone)
- LEZIONI DI MOBILITY E STRETCHING (individuali o miniclasse)

COLLABORATORI

All'interno del mio studio è possibile usufruire inoltre di servizi nutrizionali e massoterapici.

Con la mia fidata biologa nutrizionista è possibile stilare il piano nutrizionale più adatto alle tue esigenze e, in seguito alla valutazione della composizione corporea attraverso la bioimpedenziometria (BIA), anche costruire il piano di allenamento per raggiungere i tuoi obiettivi.

È possibile inoltre, con un massoterapista, prendere appuntamento per un massaggio sportivo, drenante, decontratturante oppure prenotare sedute di pancafit o coppettazione.

LINK E PAGINE SOCIAL

https://linktr.ee/simonalavizzari_osteopata

https://www.instagram.com/simona_osteopata_chinesiologa

<https://www.facebook.com/simonalavizzariosteopatachinesiologa>

WhatsApp: 380 4907886



