



FASE 1

CURA INTENSIVA

(6 mesi) 2 volte a settimana

12 visite con i professionisti
8 lezioni private con personal trainer
40 lezioni in piccoli gruppi (5 persone)
135 euro al mese

FASE 2

STABILIZZAZIONE E RIABILITAZIONE

(8 mesi) 2 volte a settimana

5 visite con i professionisti
32 lezioni in piccoli gruppi (5 persone)
22 lezioni di fitness di gruppo
18 ingressi in palestra e/o piscina con scheda di allenamento
80 euro al mese

FASE 3

MANTENIMENTO DEL BENESSERE

2/3/4 volte a settimana

Lezioni di fitness di gruppo
Ingressi in palestra e/o piscina con scheda di allenamento
A partire da 40 euro al mese (su abbonamenti annuali)



TERAPIA IN
3 FASI



Cos'è la Palestra della Salute Unique

Struttura certificata dalla Regione, dall'Asl e dal Comune che promuove prevenzione e terapia di patologie croniche su prescrizione medica attraverso protocolli di esercizio fisico strutturato e adattato chiamati Medical Fitness.

Cos'è il Medical Fitness di Unique

Percorsi specifici di esercizio fisico su prescrizione medica somministrati da laureati in scienze motorie, con il coinvolgimento di Nutrizionista, Fisioterapista, Psicologo.

Il Medical Fitness mette al centro la salute psicofisica del paziente, migliorandone i parametri di salute e riducendo i processi involutivi psicofisici e sociali.

Le maggiori patologie trattate sono:



METABOLICHE

Dislipidemie, Ipercolesterolemie e Ipertrigliceridemie, Obesità, Iperglicemie e Diabete, Sarcopenie.



CARDIOVASCOLARI

Iperensione, post Infarto, post Ictus, post Ischemie.



OSTEO ARTICOLARI

Artrosi, Artrite Reumatoide ed Artriti, Osteoporosi, Mal di schiena, Reumatismi.



RESPIRATORIE

Asma, Bronchiti.



ALTRE PATOLOGIE



Unique Fitness & Salute
Via Sandro Pertini 19/21
Spoleto



unique-center.it

PALESTRA della SALUTE

IL NUOVO ALLEATO DELLA TERAPIA MEDICA QUOTIDIANA

Protocolli di medical fitness per differenti patologie croniche



0743 44208



info@unique-center.it

UNIQUE
FITNESS & SALUTE