

AQUASALUD ¡APRENDE A CUIDARTE EN EL AGUA!

NUEVOS PROGRAMAS

El área acuática de BAKH da la bienvenida al nuevo año que comienza con la incorporación de gran variedad de programas acuáticos de salud. Estos programas tienen como finalidad principal compensar enfermedades del aparato locomotor, respiratorias, cardiovasculares, endocrinas, vasculares, etc.; y así mejorar la calidad de vida de sus usuarios.

A los ya conocidos de embarazadas, aquarelay y terapéutica, se añaden otros tales como: aquacorazón, fibromialgia, tercera edad, natación adaptada, obesidad y diabetes. Las características de cada uno de ellos las detallamos a continuación:

Fibromialgia: programa acuático de salud cuya finalidad es mejorar y rehabilitar el cuadro clínico para lograr una mayor funcionalidad en sus hábitos diarios.

Tercera edad: programa acuático de salud que combina la natación con otras actividades en el medio acuático, con el objetivo de aumentar la funcionalidad motora y fisiológica, y de esta manera lograr un mayor bienestar psíquico y social en la vida cotidiana.

Adaptada: programa de actividades en el cual se fomenta el aprendizaje de habilidades motrices que permiten una mayor autonomía del individuo en el medio acuático, y con ello mejorar a su vez su calidad de vida. Está especialmente dirigido a personas u organizaciones integradas por personas con algún tipo de deficiencia física, psíquica o social. A continuación se especifican las 3 opciones disponibles:

- Programa de discapacitados físicos o motóricos:***
- Programa de discapacitados psíquicos:***
- Programa de discapacitados sensoriales:***

Obesidad: programa acuático de salud que tiene como principal finalidad reducir el riesgo de enfermedades asociadas a esta patología, mediante el incremento del gasto energético.

Diabetes: programa acuático de salud que sirve para mejorar la condición metabólica del paciente a través de un ejercicio adecuado.

Terapéutica (a partir de 16 años): programa acuático de salud dirigido a afrontar el stress diario que nos provoca algún tipo de molestia, dolor, o problema más serio en nuestra columna vertebral o aparato locomotor. Para ello, el medio acuático nos permite trabajar dichos problemas y prevenir otros, todo ello diseñado apropiadamente para cada persona y patología.

Embarazadas (pre-post parto): programa acuático de salud cuya finalidad principal es fortalecer el vínculo madre-hijo, y al mismo tiempo complementar su preparación y recuperación al parto.

Aquarelay: programa acuático de salud consistente en una actividad relajante donde se combinan: respiración, movimientos controlados, estiramientos, masajes, etc. con la finalidad de obtener una profunda relajación mental y muscular.

Esperamos cubrir adecuadamente todas sus necesidades con estas nuevas incorporaciones, ya que, nuestro día a día depende de la satisfacción de todos ustedes

Para más información e inscripciones deberán dirigirse a atención al cliente de bakh **(plazo de inscripción abierto entre el 1 y el 27 de diciembre).**

Un saludo,