

BORSALINO

Le isole della Riabilitazione

day 2026

*Misuriamo le
vostre abilità*

RESISTENZA ALLO
SFORZO, EQUILIBRIO E
RISCHIO CADUTE



12

SETTEMBRE
sabato 10 - 12

*Percorsi
gardelliani*

SCOPRI LA CHIESA E IL
PATRIMONIO
GARDELLIANO

insieme al FAI

*Monitoriamo
i parametri
vitali*

FREQUENZA CARDIACA,
SATURAZIONE E
PRESSIONE ARTERIOSA



*Strada per
l'autonomia*

COME FACILITARE
LE ATTIVITÀ DELLA
VITA QUOTIDIANA

*Respiro
consapevole*

USIAMO IL DIAFRAMMA



*Camminata
metabolica*

TEORIA E PRATICA



Tai-chi

SESSIONE
ALLE ORE 11.00

