

# PILATES CLINIC

## PILATES REHABILITACION

*¿Te duele la espalda? ¿Tu musculatura se fatiga con facilidad?  
¿Sientes la necesidad de fortalecer y rehabilitar tu espalda?*



El **Pilates Clínico** nace dentro del ámbito de la fisioterapia y está avalado por profesionales de la salud. Utiliza un programa de entrenamiento, enfocado en la prevención y rehabilitación de diversos problemas músculo-esqueléticos y articulares, restableciendo la función en problemas relacionados con la gestión del movimiento, disminuyendo el dolor en problemas mecánicos y neurogénicos. El Pilates Clínico se basa en ejercicios específicos del Pilates tradicional, modificados, adaptados y mejorados, centrados en la problemática del paciente, gracias a un correcto razonamiento clínico que consolida un programa de ejercicios terapéuticos, coherente y eficaz.

❖ **El Pilates Clínico está avalado por Fisioterapeutas especializados**  
**SESIONES INDIVIDUALES O DÚO**

Indicado para diversos tipos de problemas músculo-esqueléticos:

- ✓ Dolor de origen mecánico y neurogénico
- ✓ Problemas del movimiento y del control motor
- ✓ Patologías del raquis: escoliosis, hernia discal, protusiones, dolor lumbar crónico inespecífico, lumbociática, cervicalgias...
- ✓ Patologías del complejo articular del hombro: inestabilidades y dolor
- ✓ Tonificación de la musculatura profunda abdominal y del suelo pélvico
- ✓ Rehabilitación post-quirúrgica: artrodesis, etc...
- ✓ Corrección de patrones posturales inadecuados

### **Programa de rehabilitación impartido por:**

**Eva Marfil Rull.** Fisioterapeuta formada en los 3 niveles de **Pilates Clinic por APPI** (the Australian Physiotherapy & Pilates Institute). Profesora de Pilates Mat y Studio. Profesora de Yoga certificada por la AEPY y el KHYF. Formación en acupuntura para trastornos músculo-esqueléticos (Escuela Universitaria Gimbernat). Docente de Yin Yoga en la misma Universidad



### **CENTRES DE TERAPIES DARSHAN, Salud Integral**

Rambla de Prat, 7, Entr. 1, BARCELONA + INFO: [www.yogabarcelona.net](http://www.yogabarcelona.net)

Telf. 620.63.86.62 (Sólo atendemos visitas concertadas previamente).