

Aulas para quem apresenta algum tipo de patologias a nível de coluna e situações relacionadas com a postura. Estas aulas têm como base de trabalho exercícios físicos variados que ajudam na resolução das patologias apresentadas pelos utentes. Permite também a melhoria da saúde postural, fortalecimento muscular e melhoria na autonomia das tarefas diárias.

## HORÁRIOS

### Aulas de Hidroterapia

(Aulas com opção de 1 x por Semana)

	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
Hidroterapia		12h20	13h00	12h20	13h00	