

Taller práctico: cuida tu espalda

09 de Abril de 2019

16:30 horas a 18:00 horas

Casa del Empresario (Plaza Castilla, 1)



Introducción y objetivos principales

FAE te da la oportunidad de asistir a este taller práctico desarrollado en colaboración con Mutua Universal, e impartido por especialistas en Recuperación Funcional, para mejorar las condiciones de confort en el puesto de trabajo.

Dirigido a cualquier trabajador que padezca problemas músculo-esqueléticos en la espalda y

deseen conocer el modo de combatirlos.

Presentación e introducción: D^a. Jimena Pérez Arreba. Responsable Dpto. PRL FAE

Ponente: D. Esteban Bonnin. Fisioterapeuta del Centro Asistencial de Mutua Universal en Burgos.

Programa:

CUIDA TU ESPALDA (Taller Práctico):

1. Introducción
2. Columna dorso lumbar: recuerdo anatómico, ejercicios de calentamiento, control postural y ejercicios de estiramiento.
3. Columna cervical: recuerdo anatómico, ejercicios de calentamiento, control postural y ejercicios de estiramiento.



Inscripción obligatoria:
informacion@faeburgos.org
947 266 142
Plazas limitadas

*Se deberá asistir con ropa cómoda y toalla