



miércoles 21 de marzo de 2012

---

# La Quinta celebra una jornada de masajes gratuitos el Viernes 23 en sus instalaciones

## Las inscripciones se pueden realizar en la misma instalación

En la misma podrán tomar parte mujeres de Antequera y comarca aunque con un límite de plazas. El Centro Deportivo "La Quinta" promueve la salud y el deporte entre sus usuarios, pero también ayuda a la mejora de los hábitos y costumbres posturales del cuerpo, que las personas realizan en su día a día. Para ello se ha organizado una charla de higiene postural, explicando las buenas maneras y la forma correcta de sentarse, agacharse, coger un objeto del suelo...movimientos de la vida diaria que no se suelen hacer correctamente y pueden producir cualquier tipo de lesiones.

Con motivo de ello el fisioterapeuta, Francisco Hijano, ha organizado una jornada de masajes cervicales y de espalda totalmente gratuitos el viernes 23, durante toda la jornada, para que las usuarias del centro puedan relajarse durante media hora y probar el nuevo servicio de fisioterapia que el Centro Deportivo "La Quinta" ha implantado. Los masajes serán de media hora para cada una y podrán optar a un masaje en la espalda o cervical.

Para esta jornada pueden participar todas la mujeres antequeranas y de la comarca, el límite de plazas es de quince personas previa inscripción en el centro