



Via Antonio Gramsci n.12
89125 - Reggio Calabria
tel. 347 400 7868
www.foksi.it info@foksi.it

Convenzione dedicata ai Soci del Circolo del Tennis "Rocco Polimeni"

"Chi non riesce a trovare il tempo per praticare attività fisica, sarà costretto a dover trovare, prima o poi, il tempo per curare le patologie".

L'attività fisica e lo sport incarnano valori fondamentali che arricchiscono la vita di chi li pratica e ne garantiscono un benessere psicofisico a lungo termine. Praticare sport significa apprendere il valore della disciplina, della perseveranza e del sacrificio. Ogni allenamento, ogni gara, è un'opportunità per riconoscere nuovi punti sui quali lavorare e per superare i propri limiti sviluppando un carattere forte e resiliente.

Dal punto di vista della salute, praticare sport regolarmente contribuisce a mantenere il corpo in forma, prevenendo numerose malattie e migliorando il benessere generale. Una vita attiva riduce il rischio di patologie cardiovascolari, diabete e obesità, promuovendo al contempo uno stato psicofisico ottimale.

Condividendo gli stessi valori e la stessa vision di uno stile di vita rivolto alla salute, al benessere e alla prevenzione, ***riserviamo ai Soci del Circolo del Tennis "Rocco Polimeni"*** una convenzione con il nostro centro, sito in Via Antonio Gramsci n.12, relativamente all'utilizzo del **servizio sanitario Check -up** prenotabile da FOKSI.

Cos'è il servizio Check- up ?

Check- up è un servizio innovativo presente, a livello regionale, ***esclusivamente nel nostro centro***, e a livello nazionale anche nello staff della Juventus e del Napoli Calcio.

Il macchinario sfrutta una tecnologia all'avanguardia consentendo l'analisi dell'età biologica e dello stato di salute. Può essere effettuato in ragazzi ed adulti atleti, per monitorare il loro stato di performance e mirare al raggiungimento di una migliore prestazione sportiva, è particolarmente indicato in soggetti over 50 che vogliono prendere coscienza del loro stato di salute e riprendere la loro condizione fisica.

Lo screening della salute è svolto attraverso un dispositivo di ultima generazione che fornisce una batteria di dati, tra cui:

- **Bioimpedenziometria (BIA):** Valutazione di massa magra, massa grassa, massa muscolare, acqua corporea, metabolismo basale, e altro.
- **Analisi posturale 3D;**
- **Test di equilibrio;**
- **Test di reazione;**
- **Test di agilità;**
- **Misurazione dei livelli di ossigeno nel sangue;**
- **Controllo della pressione sanguigna;**
- **Monitoraggio della frequenza cardiaca;**
- **Spirometria: Valutazione della capacità polmonare;**
- **Valutazione del sistema visivo correlato alla postura.**

Al termine della valutazione verrà consegnata l'analisi dei dati e verranno spiegati i target sui quali lavorare per migliorare i propri parametri di allenamento. A seconda della tipologia di soggetto testato, la valutazione sarà ripetuta ogni 6 (*nel caso di atleti*) o 8 mesi per monitorarne i progressi.

La nostra missione è promuovere, nella nostra città, i concetti di **prevenzione, salute e benessere**. Siamo convinti che investire nella prevenzione delle malattie, nell'educazione sanitaria e nella promozione di stili di vita sani, non solo riduce i costi sanitari, ma contribuisce anche a garantire una qualità di vita elevata.

Per i Soci del Circolo, **il Check-up avrà un costo di 50 euro scaricabili dal Sistema Tessera Sanitaria**. Per effettuare la prenotazione è necessario chiamare o inviare un messaggio whatsapp al numero 0965/027711 per concordare data e orario dell'appuntamento. Inoltre, per poter accedere alla tariffa agevolata, sarà necessario recarsi in struttura mostrando la tessera nominativa di appartenenza al Circolo del Tennis "Rocco Polimeni" al fine di poter accedere allo sconto.

Per maggiori informazioni:

Vi invitiamo a seguirci sui nostri canali social **Facebook (FOKSI)** ed **Instagram (foksi.rc)**

oppure a collegarvi al sito ***www.foksi.it***



dott. **Ismaele Spadaro**
Fisioterapista | Osteopata
Chinesiologo | Docente M.I.U.R.
Direttore FOKSI
+39 347 400 7868