

ERA FISIOTERAPIA ETA KIROLA

KIROLA: JON AZALDEGI LAKUNZA

- Jarduera fisikoaren eta kirolaren zientzietan lizeintziatua.
- Goi errendimenduko kiroletako masterra. Byomedic system
- Pilates. Kurtsoa
- Check your motion. Kurtsoa

FISIOTERAPIA: LEIRE MENDIGAIN NOGALES

- Fisioterapia gradua
- Punzio lehorra eta elektropunzioa. Kurtsoa
- Teknika hipopresiboak. Kurtsoa
- Pilates Matwork. Kurtsoa.
- Ariketa terapeutikoa eguneratzeko prestakuntza programa. Kurtsoa

ZERBITZUAK

- Entrenamendu pertsonalizatuak
- Fisioterapia
- Indar entrenamendu funtzionala
- HIIT (high intensity interval training)
- Pilates
- TAD (transición a la actividad deportiva)
- Saio gidatuak
- Hipopresiboak



HARREMANETARAKO:

KIROLA: 616 20 09 15

FISIOTERAPIA: 603 41 91 64

erafisioterapiaetakirola@gmail.com

ERA FISIOTERAPIA Y DEPORTE

KIROLA: JON AZALDEGI LAKUNZA

- Licenciado en ciencias de la actividad física y deporte
- Master en deportes de alto rendimiento. Byomedic system
- Pilates. Curso
- Check your motion. Curso

FISIOTERAPIA: LEIRE MENDIGAIN NOGALES

- Graduada en fisioterapia
- Punción seca y electropunción. Curso.
- Técnicas hipopresivas. Curso.
- Pilates Matwork. Curso.
- Programa formativo de actualización en ejercicio terapéutico. Curso.

SERVICIOS

- Entrenamientos personalizados
- Fisioterapia
- Entrenamiento funcional de la fuerza
- HIIT (high intensity interval training)
- Pilates
- TAD (transición a la actividad deportiva)
- Hipopresivos
- Sesiones guiadas



CONTACTO:

DEPORTE: 616 20 09 15

FISIOTERAPIA: 603 41 91 64

erafisioterapietakirola@gmail.com

