



24
SET
De 15.30h
a 17.30h



Sala d'actes.
Edifici Fleming
C/ Hospital, 17.
Palamós

PREPAREM L'ONCOTRAIL!

15.30h. Presentació de la jornada
Dra. Ma Josep Martí, directora del SERME

15.45h. Influència dels factors externs en l'activitat esportiva.
Estudi de la metereologia
Dr Daniel Castillo, metge adjunt del SERME

16.15h. Exercici físic intermitent i pausa reparadora.
Recuperació activa
Lluís Novillo i Oriol Comes, fisioterapeutes del SERME

16.45h. Mimeu els peus i no estreneu calçat!
Alba Calvo, podòloga del SERME

17.15h. Resum de la jornada i col·loqui



Segueix-nos

🐦 @comssibe
📷 @imatgessibe
ssibe.cat