



SEASON ²⁰/₂₆

PREPARATI AD AFFRONTARE LA PROSSIMA STAGIONE



HABILITA SPORT MEDICINE

BERGAMO Viale Giulio Cesare, 18 - 24124

HABILITA SPORT MEDICINE offre agli atleti una gestione completa dell'**OFF-SEASON**, unendo competenze mediche, riabilitative e atletiche in un unico team multidisciplinare orientato a performance, prevenzione e ottimizzazione della condizione fisica.

COSA INCLUDE IL PROGRAMMA "HSM OFF-SEASON":

- ✓ **VALUTAZIONE ATLETICA INIZIALE COMPLETA**
- ✓ **CONSULENZA MEDICO-SPORTIVA SPECIALISTICA**
- ✓ **HIGH-PERFORMANCE COACHING**
(4 sedute di allenamento settimanali personalizzate)
- ✓ **RETURN TO PLAY (RTP) AVANZATO**
- ✓ **FAST-TRACK DIAGNOSTICO**
- ✓ **OTTIMIZZAZIONE NUTRIZIONALE INTEGRATA**

L'obiettivo di "**HSM OFF-SEASON**" è mantenere alti i livelli atletici dello sportivo anche fuori stagione, con l'opportunità unica di costruire la performance in modo strategico.

LAVOREREMO INSIEME PER:

- ✓ Incremento della forza strutturale
- ✓ Esplosività e resistenza muscolare
- ✓ Mobilità e controllo motorio per ridurre il rischio di infortuni
- ✓ Correzione degli squilibri
- ✓ Recupero funzionale

Dir. Sanitario: Dr. Umberto Bonassi

ISCRIVITI ORA E TRASFORMA LA TUA PAUSA NEL TUO PUNTO DI FORZA.

T 035 4815970

W 335 5839837 WhatsApp (solo messaggistica)

M infosportmedicine@habilita.it



SCOPRI QUI
tutto il programma