

La aplicación gratuita que te ayuda a cuidarte desde casa

ROSITA



Clases de Longevidad

-

Ejercicio personalizado

-

Plan de Fisioterapia en casa

-

Recuperación y prevención COVID19 en casa

En colaboración con:



CLASES DE LONGEVIDAD

El Dr. Fernández Torán le explica que le ocurre a su cuerpo con los años y cómo prepararse para que dentro de 10 años no se sienta 10 años más mayor.

FISIOTERAPIA

Conozca su dolor, clases, consejos y ejercicios específicos para los principales dolor crónicos en España realizadas por fisioterapeutas

EJERCICIO

Lo más importante estos meses es no dejar de moverse.

Tenemos un plan de entrenamiento divertido adaptado por niveles: ejercicios, sevillanas, flamenco, ballet, artes marciales adaptadas a mayores, yoga, meditación.

¡Más de 20 actividades semanales!

RECUPERACIÓN CORONAVIRUS

Aplicamos todos los consejos y ejercicios de las Sociedades Médicas Españolas para que se recupere desde casa

¿Quieres descargarla gratuitamente?

o Haz una foto a este código

**Encuentranos en
Google Play "Rosita
Longevidad"**



Mándanos un whatsapp

682333472

