

Fysioterapeuterne

FYSIOTERAPI OG TRÆNING



TRÆNING
MED SUPERVISION

TRÆNING MED SUPERVISION

Holdtræning for dig der gerne vil træne selvstændigt, men trænger til en hjælpende hånd.

DER TILBYDES:

- Indstilling af maskiner
- Råd og tips til øvelser og progression af disse.
- Redigering i programmet i forhold til smerter, nye som gamle.
- Forflytninger
- Motivation til at træne selvstændigt
- Træning sammen med en fysioterapeut

Inden opstart skal du booke en tid for individuel programlægning. Under programlægningen får vi en snak om dine behov, begrænsninger og eventuelle smerter.

Du kan høre mere hos din fysioterapeut, samt booke dig på hold i receptionen.

Fysioterapeuterne
Slotsgade 3 • 7800 Skive
Tlf: 97 52 40 40 • fysioterapeuterne@gmail.com
www.Fysioterapeuterne.nu