

OLKAPÄÄRYHMÄ ALKAA TI 12.2.2019

Olkapääryhmä on tarkoitettu olkapään ongelmista kärsiville henkilöille.

- Tietoa oireiden syntymisestä ja hoidosta.
- Motivoivaa harjoittelua.
- Harjoitteilla vahvistetaan olkapään tukilihaksia.
- Parannetaan lavanhallintaa ja liikkuvuutta sekä olkapään että rintarangan alueella.
- Jokaisen kerran jälkeen myös kotiharjoitteet.

Kysy lisää toimistostamme

puh. 020 743 7290



- **Teemakurssi on 12 viikon mittainen.**
- **Sisältää 6 ryhmäkäyntiä: 12.2., 19.2., 5.3., 19.3., 9.4. ja 30.4.**
- **Ryhmässä max 8 henkilöä**
- **Kurssi on tiistaisin klo 17:30**

Hinta 165,- sisältäen fysioterapeutin ensikäynnin 30 min

Ilmoittautumiset/alkututkimukset 11.2. mennessä.

Kaikissa ryhmissämme käy maksuvälineenä myös liikuntasetelit

Uudet kurssit alkavat 12 viikon välein tai tarvittaessa useammin.

Ryhmään voi osallistua fysioterapeutin alkututkimuksen jälkeen.