



5 dni
1600 zł

PROGRAM

INDYWIDUALNEJ TERAPII SKOLIOZ I WAD POSTAWY

PROGRAM OBEJMUJE

- 2 godziny zajęć dziennie prowadzonych przez fizjoterapeutów bazujących na metodzie FITS.
- Ćwiczenia indywidualne i w grupach 2-3 osobowych.
- Plan terapii dobrany po wcześniejszym badaniu posturalnym z oceną układu stomatognatycznego.
- Wdrożenie, w razie potrzeby, ćwiczenia poprawy układu zgryzu.
- Na zakończenie pacjenci zostaną poinstruowani odnośnie ćwiczeń domowych we właściwych wzorcach.

PONIEDZIAŁEK - PIĄTEK

- Część I: Badanie klasyczne wg FITS, ocena układu stomatognatycznego, analiza fotograficzna ciała (tylko w poniedziałek).
- Część II: Terapia indywidualna z fizjoterapeutą przez kolejne 5 dni (45 min).
- Część III: Zajęcia w grupie sensomotoryka, stretching (30 min).
- Część IV: Korekcja przed kamerą, oddech derotacyjny, ćwiczenia we wzorcach pod okiem fizjoterapeuty, nauka i doskonalenie ćwiczeń w gorsecie (45 min).

SOBOTA

- Badanie kontrolne, instruktaże dla rodziców, podsumowanie.

WAŻNE

W każdy dzień należy mieć ze sobą odpowiedni strój sportowy niekrępujący ruchów, a w przypadku dziewczynek niezastępujący w pełni pleców.

W przypadku noszenia gorsetu prosimy o zabranie go ze sobą.

CEL PROGRAMU

Celem programu jest praca nad prawidłowymi wzorcami posturalnymi, nauką korekcji oraz jej utrzymania w ustalonych pozycjach funkcjonalnych z elementami ćwiczeń sensomotorycznych i stretchingu.



**STANISŁAW
PIETRZYK**

mgr fizjoterapii odpowiedzialny
za realizację programu