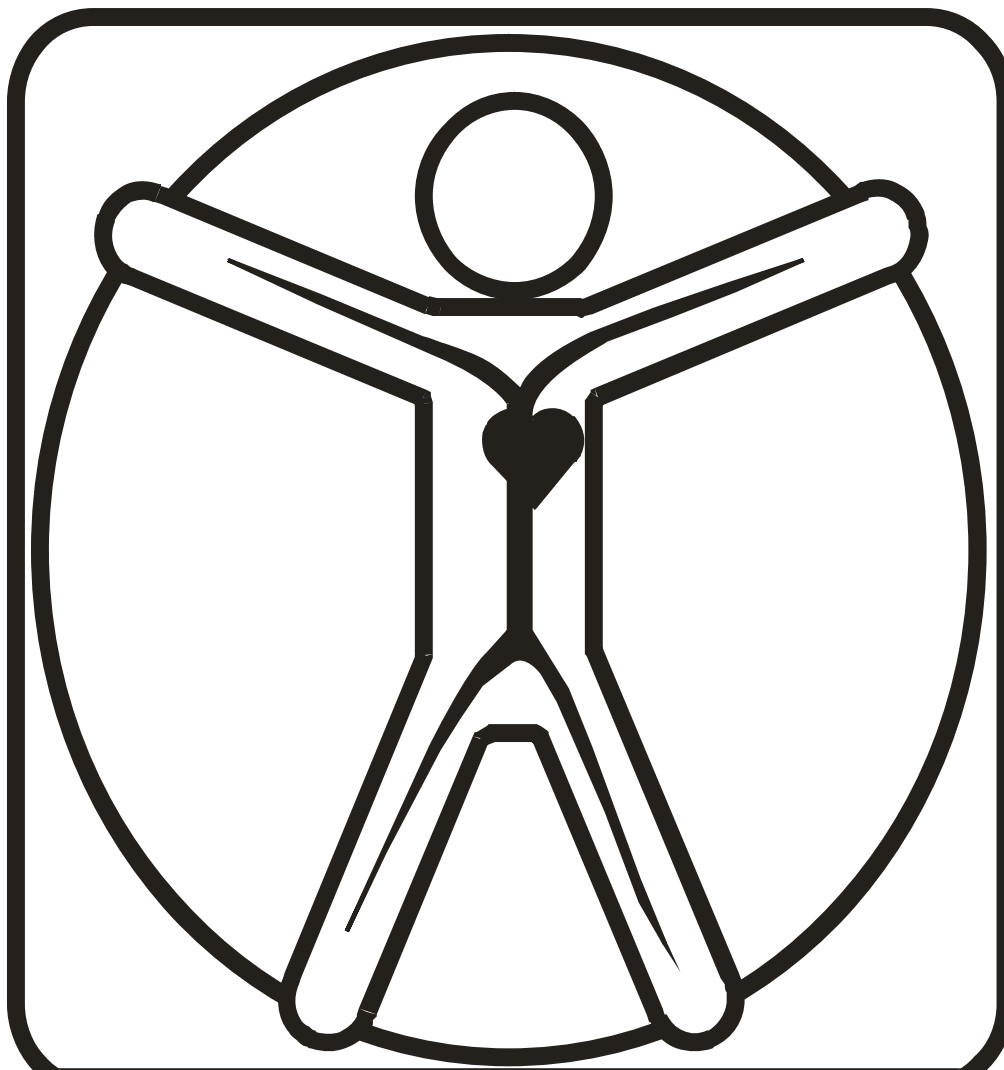


REHABILITACJA I PROFILAKTYKA

SZKOLENIA I KURSY



ODNOWA BIOLOGICZNA

KINETIC

WWW.KINETIC.WEBD.PL

Dr n. K-F Jaremi Sciepurko
fizjoterapeuta, specjalista odnowy biologicznej
0-603 586 359

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji/ Basen pływacki
Gdańsk Chełm, ul Chałubińskiego 13

Kompleksowa terapia urazów i kontuzji układu ruchu oraz
dolegliwości kręgosłupa, odnowa biologiczna, zajęcia rekreacyjne,
profilaktyka schorzeń.

OFERTA

Obciążenia pracą i treningiem wymagają oprócz odpowiedniego zabezpieczenia również zwrócenia uwagi na działania profilaktyczne. KINETIC specjalizując się w terapii dysfunkcji narządów układu ruchu proponuje nawiązanie współpracy w zakresie profilaktyki i terapii dysfunkcji układu ruchu.

Oferta obejmuje następujące obszary współpracy:

- kontrola diagnostyczna i okresowa układu ruchu,
- opracowanie ćwiczeń profilaktycznych tzw. indywidualnego wzorca ruchowego (IWR) dla potrzeb specjalizacji ruchowej każdego człowieka,
- bieżącą rehabilitację schorzeń i urazów, wykonywanie zabiegów fizykoterapeutycznych,
- pakiet „assistance”,
- zapewnienie obsługi fizjoterapeutycznej na zgrupowania i rozgrywki sportowe,
- przeprowadzenia szkolenia dla trenerów i instruktorów w zakresie profilaktyki urazów oraz biomechaniki funkcjonalnej,
- prowadzenie i planowanie zabiegów odnowy biologicznej w cyklu rocznym,
- planowanie i prowadzenie treningów ogólnorozwojowych lub kształtujących pożądane cechy motoryczne zależnie od dyscypliny i profilu specjalności ruchowej zawodnika,
- prowadzenie zajęć gimnastyki ogólnorozwojowej dla wszystkich grup wiekowych,
- gimnastyka korekcyjno-kompensująca dla dzieci i młodzieży,
- „szkoła pleców” dla osób cierpiących na dolegliwości kręgosłupa,

Szczegółowe omówienie zakresu współpracy zostaną omówione po przyjęciu propozycji i określeniu szczegółowych potrzeb z Państwa strony.

W czasie terapii w KINETIC’u otrzymują Państwo za określoną cenę ustalony schematu leczenia w postaci pakiet usług i zabiegów:

- konsultację,

- postępowanie likwidujące stan bólowy i zapalny,
- diagnozę funkcjonalną,
- zabiegi fizykoterapeutyczne uzupełniające terapię lekarską, (laser, elektroterapia, elektrostymulacja itp.)
- terapię manualną stawów
- pozabiegową końcową ocenę efektów leczenia,

Powyższy schemat terapeutyczny zapewnia skrócenie do minimum czasu niedyspozycji ruchowej i umożliwia maksymalnie szybkie rozpoczęcie aktywności ruchowej >> treningu.

Ponadto oferujemy Państwu

diagnostykę czynnościową układu ruchu obejmującą: statykę/postawę ciała, równowagę mięśniową, zakresy ruchów w stawach, ocena napięcia mięśniowego, biomechanikę i fizjologię ruchu - wykorzystując testy kliniczne z obszaru rehabilitacji i medycyny manualnej.

zajęcia ruchowe: indywidualne i grupowe, ogólnousprawniające i specjalistyczne dla wszystkich grup wiekowych.

odnowę biologiczną: planowanie i prowadzenie zajęć w mikro- i makrocyklu treningowym obejmujących masaż, hydroterapię, saunę,

Indywidualny Wzorzec Ruchowy: określanie preferencji i możliwości ruchowych w dla wybranych osób w wybranej specjalności ruchowej uwzględniając osobnicze nawyki ruchowe,

rehabilitację leczniczą: schorzeń układu ruchu, urazów i kontuzji ostrych, dolegliwości bólowych kręgosłupa i stawów obwodowych, statycznych i dynamicznych przeciążeń narządów ruchu, zaburzeń napięcia mięśniowego,

zabiegi fizykoterapeutyczne: prądy diadynamiczne, jonoforezę, laseroterapię, elektropunkturę, elektrostymulację.

zajęcia relaksacyjne obejmujące trening autogenny i techniki medytacyjne służące poprawie koncentracji, wypoczynkowi i odstresowaniu, zwiększeniu motywacji i wsparciu treningu, psychoterapii dolegliwości bólowych.

Zabiegi odnowy biologicznej typu SPA takich jak masaż i jego różne formy (odchudzający – izometryczny, masaż stóp – refleksoterapia, relaksacyjny masaż twarzy, zabiegi przeciwzmarszczkowa (liftingujące) - terapia kolagenowa.

CENNIK USŁUG I ZABIEGÓW

Masaż wyszczuplający – izometryczny	30 min	60 PLN
Masaż relaksujący twarzy	30 min	40 PLN
Masaż stóp/refleksoterapia	30 min	40 PLN
Terapia kolagenowa (przeciwzmarszczkowa)	60 min	150 PLN
Konsultacje (diagnostyka funkcjonalna)	30 min	100 PLN
Terapia manualna	30 min	100 PLN
Ćwiczenia indywidualne	30 min	50 PLN
Indywidualny program ćwiczeń	30 min	50 PLN
Masaż całościowy	70 min	60 PLN
Masaż częściowy	30 min	30 PLN
Laseroterapia	20 min	20 PLN
Elektroterapia	20 min	20 PLN
Elektropunktura	15 min	20 PLN
Wyciąg lędźwiowy kręgosłupa	30 min	gabinet?
Gimnastyka grupowa ogólnousprawniająca	55 min	100/mies
Sauna	1 godz./os	10 PLN
	2 godz./os	15 PLN
istnieje możliwość zarezerwowania sauny lub obu saun dla grupy osób na wybraną godzinę		10 PLN

czynne:

pon – pt 14.00 – 21.30; **sob/nd** w godz. 10.00 – 20.00