

Alaraajaryhmät opiskelijoille

YTHS:n Turun fysioterapia järjestää opiskelijoille alaraajaohjausryhmiä.

Ryhmä on tarkoitettu alaraajaoireisille, esimerkiksi vaivaisenluu-, nilkka-, polvi- tai lonkkaoireisille. Ryhmässä käydään läpi kipua, rasitusvammojen taustaa, jalan rakennetta, juoksu- ja kävelytekniikka sekä annetaan eväitä kivuista eroon pääsemiseksi. Lisäksi ohjataan kotiharjoitteet jotka kehittävät alaraajojen hallintaa, voimaa ja liikkuvuutta.

to	24.1.19	klo 10-11.30
ke	27.2	klo 10-11.30
to	21.3	klo 10-11.30
to	18.4	klo 10-11.30
to	23.5	klo 10-11.30



Ryhmään pitää varata paikka ajanvarauksesta puh. 046 710 1050. Ryhmään otetaan noin 15 opiskelijaa. Ryhmä on kertaluonteinen. Varaudu joustavilla vaatteilla.

Ryhmä on maksuton,

mutta jos et pääse tulemaan, muista peruuttaa paikkasi. Peruuttamattomasta poisjäännistä menee 35 euron varausmaksu. Paikka on YTHS, 1krs, Wettenhovichisali.

Tiedusteluihin vastaa ft. Reetta Kelloniemi
p. 046 710 6117.

