FIT&SUND MEDICAL

Fit&Sund Medical er et professionelt fysioterapeutisk forløb for dig, der har smerter, skader eller fysiske udfordringer – og som har brug for rådgivning i din træning.

Forløbet tager altid udgangspunkt i dig og din krop. Du bliver vurderet af en autoriseret fysioterapeut, som tilrettelægger et individuelt forløb med fokus på forbedring af dine fysiske udfordringer.

Træning indgår som en naturlig del af dit forløb og bruges målrettet til at reducere smerter, forbedre funktion og styrke kroppen dér, hvor du har brug for det.



Sådan foregår FIT&SUND MEDICAL

Når du starter i Fit&Sund Medical, bliver du mødt af en autoriseret fysioterapeut, som:

- laver en grundig undersøgelse og funktionsvurdering
- sammen med dig opstiller vi klare mål for dit forløb
- udarbejder en individuel plan for dit forløb.

Dit forløb kan bestå af:

- fysioterapeutisk behandling
- træning og målrettede øvelser
- vejledning i bevægelse og belastning
- løbende justering og opfølgning.



Hvad adskiller Fit&Sund Medical fra et almindeligt medlemskab?

Fit&Sund Medical er ikke et fitnessmedlemskab. Det er et sundhedsfagligt forløb, hvor:

- der er løbende supervision fra autoriseret fysioterapeut
- træning bruges som en del af behandlingen
- der arbejdes med konkrete mål, progression og evaluering.



Hvem er Fit&Sund Medical for?

Fit&Sund Medical er for dig, der:

- har smerter i muskler eller led
- er i gang med genoptræning efter skade eller operation
- har brug for et trygt og fagligt forankret forløb
- ønsker at bevæge dig bedre og med mindre smerte.

Træning som en del af behandlingen

Det betyder, at:

- øvelserne er udvalgt specifikt til din problemstilling
- belastning og progression styres fagligt
- træningen understøtter behandlingen og dine mål.

Tryghed gennem faglighed

I Fit&Sund Medical er der altid:

- fagligt ansvar hos autoriseret fysioterapeut
- dokumentation og opfølgning på dit forløb
- justering når din situation ændrer sig.

Det giver tryghed – ***og bedre resultater.***

