



GLA:D® RYG

ET TILBUD TIL DIG DER ER BESVÆRET AF RYGSMERTER

GLA:D® Ryg er udviklet af forskere og behandlere på Syddansk Universitet til patienter med længerevarende eller tilbagevendende rygsmerter.

Indledningsvist har du været til undersøgelse og i et behandlingsforløb hos din fysioterapeut her på klinikken, som nu har vurderet, at du er klar til træning. Hvis du har gået til behandling andet sted, har du også mulighed for at komme på GLA:D forløb hos os.

GLA:D® Ryg foregår på hold på klinikken og består af:

- En indledende test, hvor vi fastlægger dit startniveau for træning og drøfter dine mål
- 2 gange undervisning om ryggen, smerter og hvad du selv kan gøre
- 16 gange vejledt træning på hold over 8 uger
- Et afsluttende besøg, hvor vi tester, hvor meget du har forbedret dig og drøfter din videre plan
- Indsamling af oplysninger om hvordan det går dig, i et register for at blive klogere på rygsmerter og rygbehandling

GLA:D® Ryg hjælper dig gennem viden om rygsmerter, træning og øvelser.



FAST HOLDKAPPE

Book tid til opstartstest efter aftale med din fysioterapeut

Træning

Tirsdag kl. 16-17

Torsdag kl. 16-17

Opstart nye forløb

Uge 36 d. 5. sep.

(Pause uge 42)

Uge 9 d. 27. feb.

Opstart 499 kr.*

Forløb 2500 kr.**

Tilskud *133 kr. + **op til
600 kr.

ved medl. af danmark

Fit&Sund fysioterapi
hos

Fysioterapeutisk
Specialistteam

Ådalsvej 27
8240 Risskov

Fysioegaa.dk