



## Oferta współpracy dla Klubu Sportowego

Szanowna Pani Trener, Szanowny Panie Trenerze,

Oferujemy pomoc dla:

- Trenerów poszukujących i potrzebujących informacji o Zawodnikach, którzy poddani są nowoczesnym metodom treningu.
- Zawodników narażonych na kontuzje w obszarze terapii/rehabilitacji, profilaktyki, suplementacji oraz pomocy psychologicznej.

Specjaliści pracujący w Ośrodku dysponują wiedzą i urządzeniami umożliwiającymi realizację zamierzonych zadań w swoim obszarze działania (szczegóły w załączniku).

**Współpracujemy z zawodnikami: Sekcji Lekkiej Atletyki KS Lechia Gdańsk, Kadry Polski Biegu na Orientację, KS Kartuzy, Klubu Karate Kyokushin w Gdańsku, Ryszardem Orlińskim - Mistrzem Europy w Karate, Iwoną Guzowską - Mistrzynią Świata w boksie zawodowym**

Z wyrazami szacunku

Dr Jaremi Sciepurko

Dyrektor Ośrodka Sport & Future



Zajmujemy się:

- rehabilitacją funkcjonalną po urazach i kontuzjach,
- w chorobach układu ruchu, po operacjach neurologicznych i chirurgicznych,
- zabiegami fizykoterapii (laser, prądy, ultradźwięki),
- wadami stóp, kolan i postawy dzieci, młodzieży i dorosłych,
- bocznymi skrzywieniami kręgosłupa (skoliozami) dzieci, młodzieży i dorosłych,
- profilaktyką dysfunkcji układu ruchu (dolegliwości kręgosłupa, bóle stawów, urazy sportowe).
- poradnictwem psychologicznym, coachingiem sportowym i treningiem EEG Biofeedback.



## **W zakresie terapii wykonujemy:**

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

**zajęcia ruchowe:** indywidualne i grupowe, ogólnie usprawniające i specjalistyczne dla wszystkich grup wiekowych.

**odnowę biologiczną:** planowanie i prowadzenie zajęć w wybranym okresie treningowym.

**indywidualny wzorzec ruchowy:** określanie preferencji i możliwości ruchowych Zawodnika 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 psychologiczno - relaksacyjne:** obejmujące trening autogenny i techniki medytacyjne, EEG i EMG Biofeedback służące poprawie koncentracji, wypoczynkowi i odstresowaniu, zwiększeniu motywacji i wsparciu treningu, psychoterapii dolegliwości bólowych.



## Fizjoterapia sportowa

Obciążenia treningowe występujące we współczesnym sporcie wymagają odpowiedniego zabezpieczenia jak również zwrócenia uwagi na działania profilaktyczne. Proponujemy współpracę w zakresie profilaktyki i terapii dysfunkcji układu ruchu w systemie pomocy doraźnej i kompleksowej.

### Oferujemy współpracę w zakresie:

- lecarskie badania diagnostyczne i okresowe układu ruchu (aktualizacja książeczki zdrowia),
- opracowanie ćwiczeń profilaktycznych tzw. indywidualnego wzorca ruchowego (IWR) dla potrzeb specjalizacji ruchowej każdego zawodnika, założenie dokumentacji medycznej i fizjoterapeutycznej umożliwiającej ocenę skuteczności leczenia i treningu uzupełniającego,
- bieżąca rehabilitacja urazów sportowych i wykonywanie zabiegów fizykoterapeutycznych,
- objęcie pakietem „assistance” zawodników klubu,
- zapewnienie obsługi fizjoterapeutycznej na zgrupowania i rozgrywki ligowe,
- przeprowadzenie szkolenia dla trenerów i instruktorów w zakresie profilaktyki urazów oraz biomechaniki funkcjonalnej,
- prowadzenie i planowanie zabiegów odnowy biologicznej w cyklu rocznym,
- planowanie i prowadzenia treningów ogólnorozwojowych lub kształtujących pożądane cechy motoryczne zależnie od dyscypliny i profilu specjalności ruchowej zawodnika.

Szczegóły i zakres współpracy do omówienia na spotkaniu z Przedstawicielem Klubu.



# WKŁADKI ORTOPEDYCZNE FORMTHOTICS

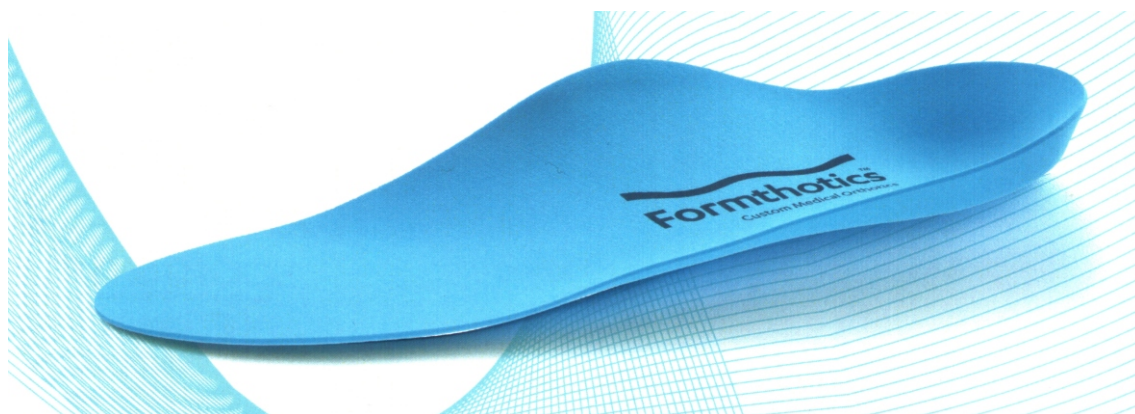
Stosowane w sporcie amatorskim i wyczynowym, uprawianym na twardym podłożu oraz w znacznych deformacjach stopy i niestabilności dolnego stawu skokowego.

Używane podczas aktywności sportowa – w biegach i grach zespołowych.

Wspomagają leczenie dolegliwości bólowych stawu skokowego, „zespołów przedniego przedziału”, chondromalacji rzepki związanej z zaburzeniem osi kończyny i trakcji rzepki, zapalenia kaletki maziowej pod krętarzem większym, w dysfunkcjach stawu krzyżowo-biodrowego, dolegliwościach bólowych kręgosłupa szyjnego i piersiowego.

Nadają się do codziennego użytku w obuwiu wyjściowym i sportowym.

Doskonale w przypadku stopy cukrzycowej, dla ludzi starszych, w chorobach reumatycznych, żylakach podudzia, stopie drażliwej.



**INDYWIDUALNIE DOBRANE W ZALEŻNOŚCI OD DISCYPLINY**  
**I DYSFUNKCJI/WAD STÓP**