



Urheilijan oma-fysioterapiajärjestelmä käynnistyi

Urhea ja pääkaupunkiseudun urheilufysioterapeutit ovat yhteistyössä käynnistäneet huippu-urheilijoille kohdennetun oma-fysioterapiajärjestelmän.

Oma-fysioterapeuttijärjestelmä tarkoittaa, että huippu-urheilijalla on käytössään henkilökohtainen fysioterapeutti. Peruspaketti sisältää kaksi lihastasapainokartoitusta vuodessa sekä niihin liittyvän harjoittelun ohjauksen. Palveluun liittyy myös puhelin- ja sähköpostikonsultointi. Järjestelmän toimivuuden kannalta keskeistä on, että myös urheilijan valmentaja sitoutuu fysiotapaamisiin ja että valmentaja huomioi harjoitteluohjelmissaan fysioterapeutin antamat harjoitusohjeet.

Oma-fysioterapiajärjestelmän tavoitteena on vammojen ennaltaehkäisy ja sitä kautta taata urheilijalle mahdollisimman monta tervettä harjoittelupäivää. Vuosia kestävä hoitosuhde mahdollistaa luotettavan urheilijakohtaisen tiedon keräämisen, jota urheilija, valmentaja ja fysioterapeutti voivat yhdessä hyödyntää harjoittelun suunnittelussa ja toteuttamisessa. Oma-fysioterapeuttijärjestelmä on tarkoitettu lähinnä tasojen 1 ja 2 urheilijoille. Se maksaa 100,- vuodessa.

Lisätietoja asiasta saa Urhean toiminnanjohtaja Simo Tarvoselta ja huippu-urheilukoordinaattori Juha Dahlströmiltä.