

ENNALTAEHKÄISEVÄ FYSIOTERAPIA

Vantaan Salamats on sopinut fysioterapiayritys Fysio Sakuran kanssa yhteistyöstä, minkä avulla Vantaan Salamien nuorten urheilijoiden liikuntavammoja ennaltaehkäisevä työ aloitetaan riittävän aikaisin. Ensimmäisen kerran nuorten urheilijoiden suositellaan käyvän tarkastuksessa 10-vuotiaana, jolloin pahimman vartalon virheasennot ja kireystilat saadaan kartoitettua riittävän aikaisessa vaiheessa. Mitä pidempään urheilijan vartalo kuormittuu väärin, sitä vaikeampaa on mahdollisten virheasentojen hoitaminen.

Joka syksy 10 vuotta täyttävät Vantaan Salamien urheilijat pääsevät halutessaan kehon kartoitukseen edullisella hinnalla (esimerkiksi vuonna 2014 kartoituksen hinta oli noin 30€/urheilija). Seura tiedottaa tulevista kartoituksista hyvissä ajoin ja kartoituksissa on suositeltavaa olla myös vanhempien mukana. Jokainen kartoituksessa oleva urheilija saa henkilökohtaisen palautteen itselleen. Mikäli kartoituksessa löytyy jotain poikkeavuuksia, niin kartoituksen tekevä fysioterapeutti ohjaa joko lääkärille tai fysioterapeutille tarpeen mukaan. Kartoituksen perusteella fysioterapeutti antaa ryhmän valmentajille ohjeet ennaltaehkäisevästä harjoittelusta.

Fysio Sakura tarjoaa myös henkilökohtaista fysioterapiapalvelua, joten jokainen voi missä tahansa vaiheessa ottaa yhteyttä suoraan yritykseen esimerkiksi kuntoutusta tai lihashuoltoa vaativissa tapauksissa.