



F  
Y  
S  
I  
O

RYHDIKÄS

Fysio ryhdikäs tarjoaa perinteistä fysioterapiaa sekä urheilufysioterapiaa Liikuntakeskus Uikon alakerrassa. Yrittäjänä toimii fysioterapeutti Jami Peltoniemi, joka myös parhaillaan opiskelee urheilufysioterapian erikoistumisopinnoissa.

Urheilufysioterapia sisältää mm:

- Urheiluvammojen ennaltaehkäisy ja kuntoutus
- Lihashuolto (hieronta, lihaskalvokäsittelyt ym.)
- Erilaiset kartoitukset, kuten lihastasapaino ja kehonhallinta
- Terapeuttinen harjoittelu muun harjoittelun tueksi esim. kehonhallinta, tasapaino, liikkuvuus, lihasvoima ym.
- Kinesioteippaus (vammat, turvotus, ryhdin korjaus)
- Ohjausta ja neuvontaa

Ota yhteyttä:

Fysio Ryhdikäs / Jami Peltoniemi

044 9821 445

Kalliontie 59 (Uikon alakerta)