

Consona

PHYSIOTHERAPIE

GLA:D® Schweiz Rücken-Kurs

Dienstag/Freitag: 17.15 bis 18.10 Uhr

Kursdaten: 25.10. / 28.10. / 4.11. / 8.11. / 11.11. / 15.11. / 18.11. / 22.11. / 25.11. / 29.11. / 6.12. / 13.12. / 20.12. (optional 3.1.23) und 27.12. (optional 10.1.23). Plus zwei Einzeltermine (jeweils ca. 1 Std.) vor, bzw. nach dem Kurs, die individuell abgemacht werden.

Kursort: Consona Physiotherapie, Stansstaderstrasse 30, Stans (genügend Parkplätze vorhanden)

Teilnehmerzahl: max. 5 Personen

Mitbringen: Trainingsbekleidung, Frottéetuch und genügend Flüssigkeit

Kosten: mit einer ärztlichen Verordnung, die gemäss dem Beispiel auf der Rückseite ausgefüllt ist, übernimmt die Kosten die Krankenkasse (Grundversicherung)

Der Kurs wird ab vier Teilnehmer*innen durchgeführt

Leitung und Anmeldung:

Jolanda Stöckli-Mathis & Milena Seeholzer-Mathis, Physiotherapeutinnen,
Consona Physiotherapie, 041 611 05 15, consona@physio-hin.ch

Was ist das GLA:D® Programm?

*Das GLA:D® Rücken Programm besteht aus Beratung und Instruktion, Übungen sowie einer Qualitätskontrolle mittels Datenerhebung durch eigens dafür geschulte Physiotherapeut*innen. Dieser Kurs wird als Gruppenkurs angeboten und so motivieren sich die Kursteilnehmer*innen gegenseitig und es entsteht eine gute Gruppendynamik.*

Gut zu Wissen

Die Volkskrankheit Rückenschmerz ist ein Gesundheitsproblem mit weitreichenden Konsequenzen für die betroffenen Personen. Das GLA:D®-Programm vermittelt ausreichend Kompetenzen, damit du mit dem Rückenschmerz umgehen kannst und der Alltag trotz Schmerzen gut funktioniert.

