

Instruktør og fysioterapeut Louise Tillitz.

- ✓ Har 13 års bred fysioterapeutisk erfaring indenfor genoptræning / træning.
- ✓ Har stor erfaring i brug af træningsmaskiner, men er også stor fortaler for den funktionelle tilgang, hvor egen kropsvægt kombineret med frivægte, kettle bells, store bolde, elastikker, naturen m.m. inddrages, hvor det giver mening for den enkelte.

Har primært fysioterapeutisk erfaring med:

- ✓ Personer med rygproblematikker.
- ✓ Personer med ledproblemer (slidgigt, muskelgigt, leddegigt m.m.)
- ✓ Personer med komplekse / kroniske smerter.
- ✓ Personer med ortopæd.kirurgiske problemstillinger – frakturer (især lårben, overarm/skuldre og ankler) og indsættelse af nyt led (især hofte, knæ)
- ✓ Personer der er alment svækkede efter længere tids sygdom og/eller mange problemstillinger på en gang.
- ✓ Og alt muligt der imellem...

Jeg står til rådighed som instruktør i Motionsklubben Elefanten **onsdage kl. 8.30-9.30.**

Hvis du har behov for en dybere fysioterapeutisk udredning og plan for dit (genop)træningsforløb, kan du booke en individuel konsultation hos mig.

Jeg kan kontaktes på 4141 1531 eller mail louisetillitzhansen@gmail.com.

Du kan også læse mere på min hjemmeside louisetillitz.dk

Jeg ser meget frem til samarbejdet og glæder mig til at få min ugentlige gang i 'Elefanten'

Bedste hilsner

Louise

