



Bikefit kr. 1195,-



Formthoticssåler til
Cykel og Løbesko kr.
475,-



Forårsfornemmelser - vi skal ud i det fri :-)

Bikefit og nye Formthoticssåler til enten cykelskoene eller løbeskoene eller både og..

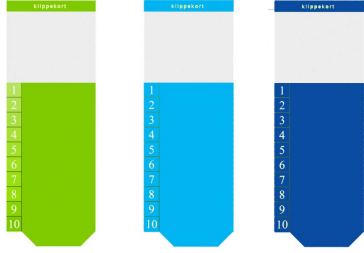
Bikefit udføres hos Frederiksbjerg Fysioterapi af Thomas som selv er ivrig motionscykelrytter. Thomas har prøvet kræfter med nogle af de kendte stigninger fra alpernes Tour de France og hvis du vælger at få din cykel justeret af Thomas vil hans erfaringer herfra sammenholdt med uddannelsen som Bikefitter komme dig til gode .

Bikefit er til gavn for elite-motionscyklisten men også for dig som kun bruger din cykel som transport middel i byen fra A til B.

Hvis du cykler meget og din cykel ikke er indstillet rigtigt til dig, kan der være en stor risiko for overbelastning af specielt nakken og øvre ryg.

Ved at få justeret DIN cykel til DIN krop, vil du optimere din kraftoverførsel til cyklen og ikke mindst minimere din belastning på din krop og derved minimere risikoen for overbelastningsskader i nakke, skuldre og ryg.

Kom foråret i møde med en optimeret cykel og få frisk luft i lungerne :-)



Klippekort til Reformer
5 eller 10 klip



Gavekort til
Velværemassage



Silvana hovedpuder i
forskellige størrelser

Nye Hold starter op i Maj.

Line starter nyt Morgen Bassin hold op tirsdag kl. 07.00-07.45
og Torsdag kl. 07.00-07.45.

Jane starter Morgen bassin hold fredag kl. 07.45-08.30

Reformertræning.

Frederik stopper desværre fordi han har fået et mere studierelevant job inden for hans speciale område. Held og lykke fremover.

Vi håber at der måske kan komme en gæsteoptræden af og til 😊

Men det betyder ikke at der ikke er Reformerhold om tirsdagen.

Jane fortsætter med holdet kl. 17.30. Så bare gi' den gas.

Vi starter også **Nyt** Reformer hold for begyndere op hver mandag kl. 19.00-20.00. Aida er instruktør. Tag godt imod hende. 😊

Efter Påske har vi startet et nyt GLAiD-hold for personer med artrose i knæ og/eller hofte. På vores Træningshold på klinikken, Knæhold, Pilates og Reformer Pilates hold i træningssalen samt Bassintræning på Marselisborg Centret træner/genoptræner deltagerne flittigt.

Hold øje med FB og hjemmesiden. God træning til jer alle.

Se mere om de forskellige hold på vores hjemmeside.



Copyright © 2017 Frederiksbjerg Fysioterapi, All rights reserved.

Vil du ændre modtagelse af emails eller afmelde Nyhedsbrev?

Du kan [opdater din profil](#) eller [afmelde Nyhedsbrevet](#)

