



ZSIDAY

RITA

gyógytornász

KAPCSOLAT:



+36 20 498 4386



info@egeszsegkozpont-buda.hu



www.egeszsegkozpont-buda.hu



facebook.com/
functionalfitegeszsegkozpont



FUNCTIONALFIT
EGÉSZSÉGKÖZPONT

2001-ben szereztem diplomát Budapesten a Semmelweis Egyetem gyógytornász képzésén.

Gyakorlati tapasztalataimat az Országos Baleseti Intézetben szélesítettem ki.

A közel 20 éves szakmai pályafutásom során a legkülönbözőbb izom és ízületi sérülések, valamint törések korai funkcionális kezelését irányítottam.

2011 óta a Semmelweis Egyetem III. és IV. éves gyógytornász hallgatóinak oktatását is végzem.

Szakmai ismereteimet továbbképzéseken, tanfolyamokon és országos szintű kongresszusokon folyamatosan bővitem. A megszerzett tapasztalataimat az ízületi kopásokból és a helytelen testtartásból adódó fájdalmak enyhítésében is széleskörűen alkalmazom.

A sport mindig meghatározó szerepet töltött be az életemben, a mai napig aktívan sportolok. A sportsérülések megelőzésében és kezelésében a komplexitás elvét tartom szem előtt, felhasználva a szakmai és sportolói jártasságomat.

Speciális szakterületeim:

- törések, szalagsérülések, ízületi műtétek rehabilitációja
- vállsérülések funkcionális kezelése
- McKenzie terápia
- manuális triggerpont terápia
- klasszikus tape kezelés

Célom a gyógyításon túl a sérülések megelőzése, a helyes testtartás kialakítása és megtartása.

VÉGZETTSÉGEK:

Gyógytornász (Semmelweis Egyetem)