



Skadebehandling medlemmar SIF 2021

Vi har glädjen att erbjuda våra medlemmar, både aktiva och övriga möjligheten till rehab och träning till SIF priser hos Håkan Nyström på Idrottsmottagningen Sandviken.

Här nedan kan ni se vad som gäller för säsongen 2021:

Behandling (första gångs besök) ca 1 tim

SIF pris 485:-

Behandling (Återbesök) ca 30 min

SIF pris 440:-

Utprovning formgjutna iläggssulor samt
gjutning/inpassning i sko ca 1,5 tim

SIF pris 1050:-

Konditionstester Löpning/cykel

SIF pris vid grupp, löpning max 5
pers/tillfälle 1000:-/tim.
(Ordinarie 800:-/pers)

Övrigt:

Alltid återkoppling och kontakt med tränare/ledning gällande vidare arbete med spelare beträffande ev Rehab samt ytterligare behandlingar. Detta borgar för att ingen "springer" i onödan för att få behandling!

Denna kontakt som initieras av Håkan skapar också ett arbetssätt där tränaren/ledaren förstår nyttan av att vara delaktig i spelarens rehab. Det oftast är lättare att få en spelare att utföra den Rehab som planläggs om alla inblandade parter är överens om hur den ska bedrivas.



Mitt namn är Håkan Nyström

Jag jobbar med idrottsskador och driver en idrottsskademottagning här i Sandviken. Min uppgift är att hjälpa er med frågor som rör Fysiologi, såsom skador, kost, träning mm. Jag kommer framförallt att jobba med yngre spelare, men även du som medlem i SIF kommer att kunna kontakta mig till rabatterade priser.

Vem är jag

En idrottsnörd som sysslat med de flesta sporter man kan tänka sig. Idrottandet har alltid varit en stor del av mitt liv, och jag tränar så ofta jag kan. För ca 7 år sedan började jag med Triathlon, och målet 2021 (om nu inte Covid-19 sätter stopp) är IRONMAN i Jönköping, halvdistans.

Utbildning

För övrigt så är jag utbildad Idrottsmassör på Axelsons Gymnastiska institut i Stockholm, samt utbildad i Balkefors Support System, vilket innebär att jag gör formgjutna, specialanpassade skoinlägg. Jag har under åren jobbat med de flesta idrottsföreningarna i Sandviken. Jag har även jobbat med Svenska Skridskolandslaget, och har fått äran att ha deltagit i ett Olympiskt Vinterspel som massör.

Jag är oerhört stolt och glad över att ha fått förtroendet att jobba med SIF som förening.

Besök gärna min hemsida för mer info.
Där finns även kontaktuppgifter.

www.idrottsmottagningen.info

