

TOUKOKUU 2024 | TEEMAPÄIVÄT TULE-TIETOKESKUS

Teemapäiviin voit osallistua TULE-tietokeskuksen tiloissa tai etäyhteydellä
<https://us06web.zoom.us/j/83389461157>

Teemapäivät pitää TULE-tietokeskuksen fysioterapeutti ellei toisin mainita

- Pe 3.5.** klo 11-14 Jalkaklinikka – 15 min konsultaatioaikoja jalkojen omahoitoon (yhteistyössä jalkaterapeutti Anne Vilkki, Jalkaterapia Askel)
HUOM! Paikkoja rajoitetusti!
Varaa aika konsultaatioon p. 044 744 7085
- Ma 6.5.** klo 12.00 Pyörällä menoksi -miniluento
- Ke 8.5.** klo 12.00 Unelmien liikuntapäivän etkot – Vinkkejä kesällä liikkumiseen -miniluento
- Ma 13.5.** klo 12.00 Ulkokuntosalit tutuiksi -miniluento
- Ke 15.5.** klo 17.00 Kipeän selän liikeharjoitteet
-toiminnallinen tietoisku
(sisältää harjoitteita makuulla, oma alusta mukaan!)
- Ma 20.5.** klo 10-15 TULE-terveyden mittauspäivä,
osallistuminen vain TULE-tietokeskuksessa!
- To 23.5.** klo 12.00 Tasapainon harjoittaminen kesällä
-toiminnallinen tietoisku
- Ti 28.5.** klo 18.00 Kipeän niskan liikeharjoitteet
-toiminnallinen tietoisku,
osallistuminen vain etäyhteydellä!
- Ke 29.5.** klo 15-18 MoveSole-askelmittauksia
(yhteistyössä Askelklinikka Turku)
HUOM! Paikkoja rajoitetusti!
Varaa aika mittaukseen p. 044 744 7085

Fysioterapeutti tavattavissa aina aukioloaikoina maksuttomasti!

KOULUTUSTILAISUUDET

Koulustilaisuudet ovat kaikille avoimia ja maksuttomia. Niiden aikana syvennytään aiheeseen teorian ja käytännön harjoitteiden avulla.

Ilmoittaudu mukaan koulustilaisuuksiin: toimisto@tule.fi / 044 744 7085

Ti 21.5. klo 15-17 Faskian merkitys ja toiminta (verkossa)



TULE-tietokeskus
Humalistonkatu 10, Turku
044 744 7085
www.tule.fi

Aukioloajat:
Ma, ti & to klo 10-15
Ke klo 11-18
* Muina aikoina sopimuksen mukaan