**Vice informací**

Skupinové rehabilitační cvičení, pořádané jinou institucí dle objednávky. Objednavatel si může stanovit speciální požadavky pro dané cvičení. Ideální počet dospělých cvičenců je 14 osob. Cvičení je možno upravit také pro větší skupinu. Rehabilitační cvičení, vede vždy kvalifikovaný fyzioterapeut.

Při cvičení využíváme cvičební pomůcky:

* male míče
* velké míče,
* multifunkční podložky
* multifunkční válce
* cvičíme na židlích,
* s tyčemí,
* s šátky,
* s bedýnkami.

Cílem cvičení je zlepšení tělesného, duševního I mentálního zdraví. Cena cvičební hodiny je zvýhodněna počtem objednaných hodin a zahrnuje pronájem tělocvičny, náčiní a nářadí, lektora a pronájem proctor na převlékání včetně sociálního zařízení. Protože se jedná o zdravotnické zařízení je třeba dodržovat bezpečnostní a hygienické zásada dle pokynů, které obdržíte při vstupu na rehabilitace.

Na cvičení potřebujete cvičební úbor, pohodlené tepláky nebo legíny, tílko, pevné ponožky a ručník.

Cvičení může být spojeno s osvětou, popřípadě nácvikem cvičení pro domácí režim.