

Hvem kan modtage ridefysioterapi

Ridefysioterapi er omfattet af ordningen om vederlagsfri fysioterapi, og er en lægehenvist behandling. Har du lyst til at prøve, skal du snakke med din læge og derefter henvende dig til vores ridefysioterapeut Anne Schulz.

Hvordan kommer du i gang

Du kan låne en ridehjelme, så det eneste du skal sørge for er et par bukser uden kraftige sømme på indersiden af lårene samt tøj, der godt må lugte lidt af hest.

Vi har gode adgangsforhold og et handicaptolet.

Frivillig hjælper

Vi har et stort korps af dygtige og engagerede hjælpere i alle aldre. Tirsdag er det primært "det grå guld", som hjælper, og torsdag tager de yngre fat.

Lyder ovenstående interessant for dig, så kontakt:

Susanne El-Hifnawy
ridefysioterapeut
31 60 09 12

Kirsten Hansen
Kontaktperson og kasserer
2639 2984

Broagerlands Rideklub
Broagervigvej 13
6310 Broager
www.broagerlands-rideklub.dk

Velkommen til



RIDEFYSIOTERAPI

Broagerlands Rideklub tilbyder ridefysioterapi, mandag, tirsdag, torsdag og fredag. Det er ridefysioterapeut Susanne El-Hifnawy, der står for træningen sammen med en stor flok af frivillige hjælpere.

Børn, unge og voksne mødes til træning og hyggeligt samvær.

Du stiger af og på hesten fra en rampe, og der er mulighed for at bruge lift.

Holdene har op til 5 deltagere. Patienterne rider enten en halv time eller en hel time.

Ridefysioterapi foregår i ridehallen, på den udendørs ridebane eller på ridestierne, hvor den ene går langs vandet og den anden er en sansesti, som vi selv har anlagt.

Ridefysioterapi er fysioterapi på ryggen af en hest. Når du sidder på ryggen af en hest, der bevæger sig, bliver musklerne i mave, ryg, ben, sæde og bækkenbund automatisk stimuleret. Samtidig udfører du øvelser, som bl.a. styrker balance, koordination og afspænding. Varmen fra hestens krop hjælper med at blødgøre muskler og gør det i det hele taget ganske rart.

Ridefysioterapeuten er uddannet fysioterapeut og har taget en efteruddannelse som ridefysioterapeut.

Ridefysioterapeuten tilrettelægger behandlingen, herunder hvor mange medhjælpere, og hvilke hjælpemidler den enkelte patient har brug for.

Hestene vi bruger er specielt udvalgte til opgaven. De er rolige og godmodige. Selv spastisk lammede med mange spasmer klarer de.

Ridefysioterapeuten vælger den bedst egnede hest. Den skal passe i højde, bredde, gangart og rygsving, for at den enkelte patient kan få det mest optimale ud af behandlingen.

Medhjælperen trækker hesten. Der kan gå en medhjælper ved siden af patienten og der kan sidde en rytter bagved patienten (bagrytter).

Den træningsmæssige del af behandlingen giver bedre balance og kropskontrol. Gangmønsteret og koordinationen forbedres. Træningen giver generel styrkelse af kroppens muskler, den udspænder for korte muskler og afspænder spastiske muskler. Derudover forbedres sansemotorikken, og blodcirkulationen øges.

Udover den træningsmæssige del af ridefysioterapien oplever du glæden ved at være sammen med andre mennesker. Du møder patienter, ridefysioterapeut, handicapriderinstruktør og medhjælper, og I kan hygge jer i klubhuset.

Når du sidder på ryggen af en hest, kan du opleve naturen på lige fod med de raske. Det giver en følelse af frihed at kunne ride ud i naturen og se den på alle tider af året.