

## **REHABILITACJA W WODZIE**

Instruktor: Szymon Konieczny

### **Organizacja i zarys ogólny prowadzonych zajęć:**

Zajęcia z rehabilitacji w wodzie skierowane są głównie do osób:

- z niepełnosprawnością fizyczną po amputacjach, po urazach kręgosłupa, z porażeniem kończyn spastycznym, wiotkim,
- z niepełnosprawnością intelektualną dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym,
- dzieci z wadami genetycznymi,
- ze sprzężoną niepełnosprawnością ruchową i intelektualną,
- ze zmianami zwyrodnieniowymi kości i stawów związanych z wiekiem lub nadmiernym wysiłkiem i przeciążeniem

Program ćwiczeń zostają przygotowywane na podstawie opinii lekarskiej, wywiadu, orzeczenia o niepełnosprawności fizycznej, intelektualnej oraz sprawności fizycznej, którą posiada uczestnik zajęć.

Rehabilitacja w wodzie ma za zadanie zwiększenie sprawności fizycznej, przełamanie bariery związanej z niepełnosprawnością, pomóc w zdobyciu nowych umiejętności, które pozwolą na zwiększenie wiary w siebie mimo istniejących wad i zaburzeń w rozwoju. Wykorzystując środowisko wodne i jego właściwości, możemy w swobodny sposób wykonywać większość ćwiczeń dzięki pozornemu zmniejszeniu ciężaru ciała. Pozwala to na wykonywanie ruchów w zwiększonym zakresie. Odpowiednia temperatura wody zapewnia dodatkowo rozluźnienie mięśni, co pozwala uczestnikom wykonać ruchy, których nie są w stanie wykonać na lądzie.

Tworzenie kilkusobowych grup dyspanseryjnych pozwoli na uzyskanie dodatkowych korzyści przez spostrzeganie własnej osoby nie tylko przez pryzmat własnego problemu związanego z niepełnosprawnością.

*Oprac. Sz. Konieczny*

Aktualnie zajęcia z rehabilitacji w wodzie odbywają się w poniedziałki w godzinach: 15.55-16.40 (grupa zorganizowana) oraz piątki w godzinach: 15.00-15.45 (I grupa – grupa zorganizowana), 15.55-16.40 (II grupa – grupa zorganizowana), 16.50-17.35 (III grupa – grupa zorganizowana). W trakcie tworzenia jest kolejna grupa.

### **Zapisy:**

#### **Biuro Szkoły Pływania „Trewal”:**

Jakub Michalak  
tel.: 61 2921485  
e-mail: [plywalnia@szosir.com.pl](mailto:plywalnia@szosir.com.pl)  
poniedziałek-piątek od 7.00 do 18.00  
środa od 10.00 do 18.00

Kasy:

tel.: 61 2921485

#### **Cennik rehabilitacji w wodzie w ramach Szkoły Pływania „Trewal”:**

- **KARNET** – płatność jednorazowa (miesięczna) za 4 zajęcia
- zajęcia indywidualne - 240,00 zł
- zajęcia grupowe (3-osobowe) - 140,00 zł

Zapraszamy

**CENNIK SZKOŁY PŁYWANIA „TREWAL”** – ceny zawierają usługę wraz z wejściem na basen dla jednego uczestnika z wyjątkiem zajęć dla niemowlaków i rehabilitacji w wodzie

*Powyższe ceny nie dotyczą oddawania obiektów sportowych w najem, dzierżawę lub użyczenie dla potrzeb organizacji zawodów, turniejów, koncertów, zgrupowań oraz innych imprez kulturalnych i sportowych.*