



FYZIO  NOŽKA

NABÍDKA PROGRAMŮ

O NÁS

Náš první projekt s názvem Spokonožka vznikl spojením dvou slov – spokojená a nožka. Aby naše nožky a vůbec celé tělo bylo spokojené, musíme o ně dbát. Na e-shopu Spokonožka, najdete vše, co je k tomu potřeba. Za nápadem celého projektu stojí maminka Veronika, která má dvě děti a ty jí jsou velkou inspirací nejen při výběru produktů na náš internetových obchod.

V souvislosti s touhou pomáhat a vzdělávat, vznikl náš další projekt Fyzionožka. Jedná se o soukromou ordinaci fyzioterapie, kterou naleznete v překrásném malém městě Veltrusy. V této ordinaci se snažíme pomáhat našim dětským i dospělým klientům s jejich problémy pohybového aparátu nejrůznějšího původu. Snažíme se odtud také šířit osvětu v rámci podologie, správného psychomotorického vývoje a zdravého pohybu, ať už osobně či online.

20 000+ ZÁKAZNÍKŮ

14+ ŠKOL A INSTITUCÍ

VLASTNÍ ORDINACE

VYŠKOLENÍ ODBORNÍCI



NAŠE PROGRAMY

Pohyb je důležitý pro každého z nás. Ale jak na to, aby bylo vše správně? Náš tým Fyzionožky na edukaci pamatuje a připravil si speciální programy a přednášky pro mateřské školy, základní školy, ale i pro firmy a jejich zaměstnance. Naše programy a přednášky jsou vedené zkušenými specialisty, kteří prošli školením u naší fyzioterapeutky. V případě zájmu programy vedou také přímo naše fyzioterapeutky, Mgr. Soňa Barvenčíková a Bc. Kristýna Štemberová.

Program může být dle individuálních preferencí doplněn o vyšetření a analýzu chodidel, zhodnocení a doporučení obuvi atp. Témat k přednáškám je nespočet – přes zdraví a pohyb, kompenzační cvičení, specializace ve sportu u dětí až například po správné obouvání či sezení.



Náš program a přednáška může být sestavena přímo na míru vaší instituci dle individuálních požadavků. Stačí nám dát vědět na jaké téma se chcete přesně zaměřit a kolik času nám můžete věnovat.



PROGRAM PRO FIRMY

RELAXAČNÍ ZÓNA

Tento program je určen k podpoře pohody a produktivity zaměstnanců na pracovišti. Chcete vašim zaměstnancům ulevit od bolestí nohou, zad, krční páteře, probudit je k dalším pracovním výkonům a zvýšit jejich produktivitu práce?

Jsme tu pro vás. Naše přednášky, jednotlivá cvičení i konkrétní pomůcky dokážeme připravit přímo na míru. Stačí se nám ozvat, na co se chcete přesně zaměřit a kolik času nám můžete věnovat.

Důležitou součástí programu jsou cvičební pomůcky. Jedná se například o sady ortopedických podlah, masážní podložky, terapeutické podložky a mnoho dalšího.

Nevíte kam byste je umístili? I v tom jsme odborníci. Naše pomůcky můžete umístit do odpočíváren či do společných prostor. Některé z pomůcek může mít i každý pracovník na svém pracovním místě nebo v jeho blízkosti.



Na našem webu Fyzionožka vám můžeme také nabídnout naše online webináře, prezentace, cvičebníky či podcasty s inspirací na různá cvičení, která vám mohou ulevit od vašich každodenních bolestí.



PROGRAM PRO ŠKOLY, ŠKOLKY A JINÉ VZDĚLÁVACÍ INSTITUCE

HRÁTKY SE SURIKATOU

Tento program se zaměřuje na vytvoření optimálního prostředí pro výuku studentů a zároveň podporuje jejich fyzický rozvoj. Jeho součástí je představení ortopedických podlah a dalších pomůcek k podpoře správného pohybového vývoje dětí a studentů. Samozřejmostí je ukázka cvičení a využití těchto pomůcek.

Všechny pomůcky nám zajišťuje e-shop Spokonožka. Programem s dětmi nás bude provázet Spokonožčí maskot Surikata. Pomocí něj dětem ukážeme jak znát své tělo, jak se k němu chovat a jak využívat cvičební pomůcky. Samozřejmostí je poradenství kam cvičební pomůcky ve vašem zařízení nejlépe umístit.



Můžeme se domluvit i na pravidelných návštěvách našich vyškolených odborníků ve vašem zařízení. V každé přednášce se můžeme zabývat jiným tématem od správného sezení při hraní, za stolem až po ulevení bolestí zad od nošení čím dál tím těžších školních tašek. Témat k řešení je v dnešní době více než dostatek.

SPONZORSKÝ BALÍČEK

BUĎTE VIDĚT I SLYŠET SPOLEČNĚ S NÁMI

Tento balíček umožňuje firmám a školám sponzorovat naše podcasty, webináře, programy a přednášky zaměřené na fyzioterapii. Nabízí příležitost oslovit široké publikum a prezentovat svůj závazek v oblasti zdraví a vývoje.

Balíček zahrnuje výraznou zmínku v epizodách podcastu spolu s pravidelným upozorňováním na sponzorující organizaci.

Tento sponzorský balíček lze přizpůsobit různým úrovním, například sponzorství jednotlivých epizod, sponzorství sezóny nebo možnosti exkluzivního partnerství.

Individuální domluva na konkrétních podmínkách a požadavcích je samozřejmostí.



VELTRUSKÝ BALÍČEK

PŘIJEĎTE ZA NÁMI

Nemáte přímo uzpůsobenou místnost na cvičení či přednášku a bylo by pro vás lepší přijet do našich prostor? V tomto nevidíme žádný problém. Dokážeme náš program uspořádat v Komunitním centru Veltrusy, které nabízí vše potřebné od dataprojektoru až po příjemné a prostorné prostředí.

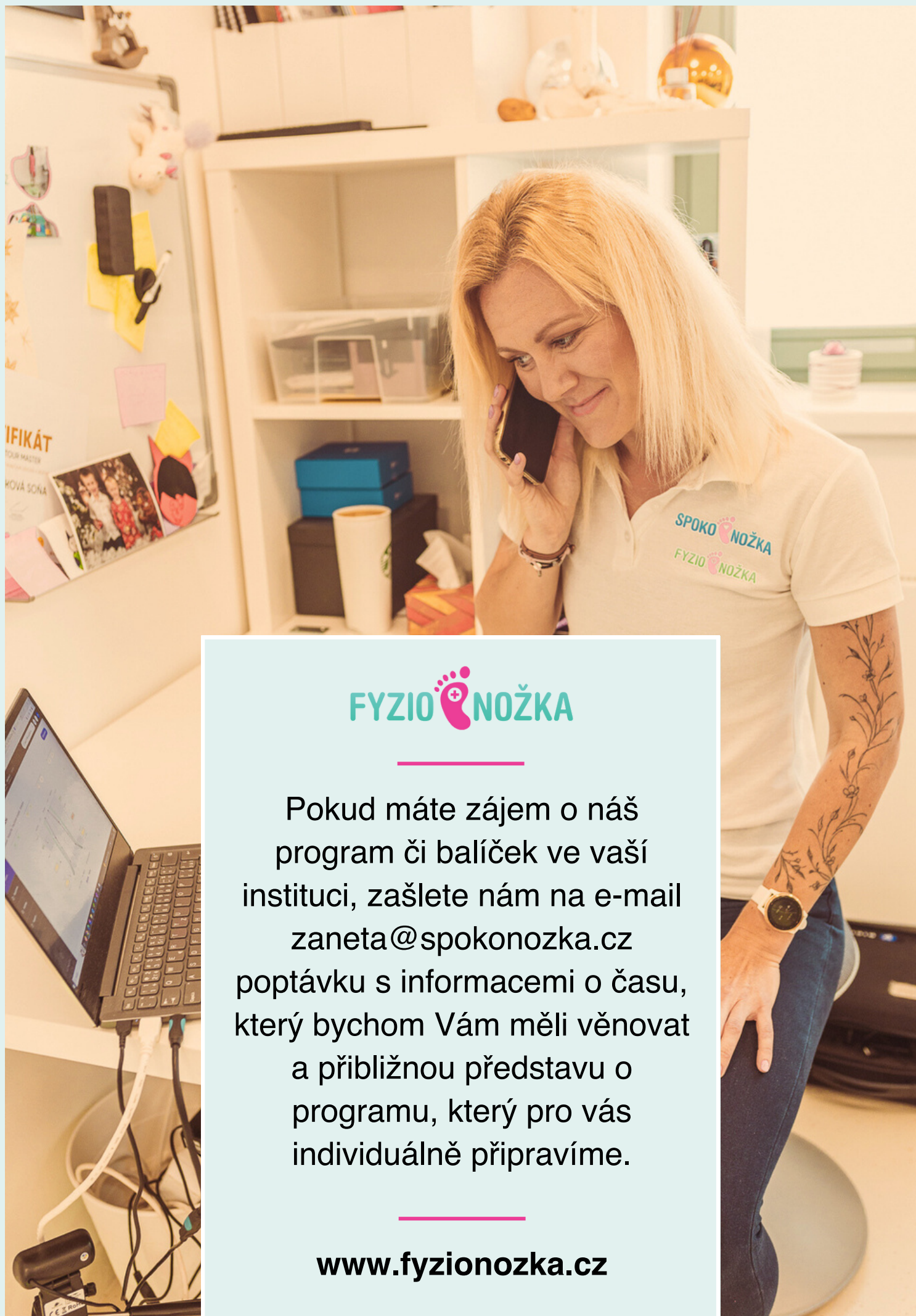
Individuální domluva na konkrétních podmínkách a požadavcích je zde opět samozřejmostí.





Pokud máte zájem o náš program či balíček ve vaší instituci, zašlete nám na e-mail zaneta@spokonozka.cz poptávku s informacemi o čase, který bychom Vám měli věnovat a přibližnou představu o programu, který pro vás individuálně připravíme.

www.fyzionozka.cz





Sledujte nás na sociálních sítích a neunikne vám žádná Fyzionožčí novinka!

 Fyzionožka  [fyzionozka.cz](https://www.instagram.com/fyzionozka.cz)  Kroky ke zdraví

