



Musiikki- fysioterapeutin palvelut

Anu Alatalo

Musiikkifysioterapeutti, työfysioterapeutti

Musiikkifysioterapeuttina voin tarjota mm. **luentoja ja koulutustilaisuuksia** sekä **yksilöllistä ohjausta** liittyen esim. soittajan **ergonomiaan, tuki- ja liikuntaelinvaihoihin, liikkumiseen ja kuntoiluun**. Opastusta myös **ääniergonomiassa** ja **äänenhuoltoon** sekä **rentoutumiseen** liittyvissä asioissa.

Vastaanotolleni voit hakeutua Työplussan ajanvarauksen kautta

Puh. 06 828 7360

ESIMERKKIHINTA:

95 € (60 min) + 18 € toimistomaksu

LISÄTIETOA:

Anu Alatalo

puh. 040 806 8171 / anu.alatalo@tyoplus.fi

TAUSTANI

- **Työfysioterapeuttina** Työplussassa vuodesta 2011, ja asiakkaina alusta asti ammattimuusikoita mm. Kamariorkesterista ja konservatoriolta. Työhöni kuuluu mm. **soittoasennon/-liikkeiden analysointi, soitto- ja lauluergonomian opastus, henkilökohtaisten ohjeiden antaminen tuki- ja liikuntaelinten kuntouttamiseen**.

- Näiden lisäksi **rentoutusohjaus ja stressinhallintakeinot ja palautuminen, kehotuntemus, mielen ja kehon yhteistyötekniikat** ovat erityisosaamisalueeni sekä **ääniergonomian ohjaaminen, hengitystekniikat** (Voice massage -terapeutin pätevyys).

- Laajalti ja säännöllisesti koulutuksia liittyen eri **tuki- ja liikuntaelinvaihoihin** sekä **kivun hoitoon, rentoutusohjaukseen**, viimeisimpänä **suoravastaanotokoulutus, Kinetic Control** -koulutukset.

- Vuosien omakohtaiset kokemukset musiikkikoulutuksesta sekä esiintymisistä soittajana ja laulajana.