Решил написать об этом отдельным постом, потому что это наиболее часто задаваемый мне вопрос.

Начнем с того, какие вообще бывают специалисты и что такое реабилитация.

Физическая реабилитация — (англ. Physical therapy) это использование с лечебной и профилактической целью физических упражнений и природных факторов в комплексном процессе восстановления здоровья, физического состояния и трудоспособности больных и инвалидов.

Кто занимается реабилитацией путем применения физических упражнений? Это специалисты с высшим медицинским или физкультурным образованием.

Согласно существующему на сегодняшний день законодательству существуют следующие категории специалистов:

1) Врач лфк и спортивной медицины. Специалист с высшим медицинским по специальности лечебной физкультуры и спортивной медицины или педиатрия и ординатура по специальности лечебная физическая культура и спортивная медицина.

2) Инструктор методист лфк. Специалист с высшим физкультурным образованием по специальности физическая культура и спорт или физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и имеющий дополнительную подготовку по лечебной физической культуре и спортивной медицине. Помимо физкультурного образования должен иметь свидетельство о повышении квалификации по лфк в институтах усовершенствования врачей.

3) Инструктор лфк. Тут речь идет о среднем медицинском (медбрат, медсестра) и дополнительном обучении по лечебной физической культуре с получением СЕРТИФИКАТА.

Все вышеназванные специалисты отличаются объемом знаний и полномочий. Врач лфк производит диагностику и назначает лфк. Инструктор методист разрабатывает программу. А вот инструкторы лфк ее реализуют. Впрочем первые двое тоже могут реализовывать. Все это конечно здорово. Но это так устроена система лечебной физической культуры в медучреждениях. И качество оказываемых услуг такими специалистами увы имеет мало общего с реальной эффективностью реабилитации опорно двигательного аппарата. Более того данные специалисты зачастую не знакомы с оборудованием фитнес клубов и не могут дать толковый совет по его использованию. Между тем, имея специальные знания, можно очень эффективно использовать тренажерный зал, лечебную гимнастику, Пилатес, стретчинг при индивидуальной работе с клиентом, давая ему результат. Все это можно делать после прохождения клиентом курса реабилитации в медицинском учреждении. А фитнес клуб- это завершающее звено курса реабилитации.

Так какой же специалист нужен именно в фитнесе и для работы в тренажерном зале в частности?

Здесь могу рекомендовать искать специалиста с физкультурным образованием. И помимо этого прошедшего обучение на персонального тренера в Ассоциации профессионалов Фитнеса плюс семинары по работе с людьми с проблемами опорно-двигательного аппарата плюс опыт работы с такими людьми. При сочетании всех этих условий вероятность получения вами качественных тренерских услуг возрастает в разы. Удачи!