

Hej!

Här får du veta lite mer om mig!



Kalmar Triathlon

**Sjukgymnast / Fysioterapeut
Hälsopedagog
Ambassadör för En Svensk Klassiker
Ambassadör för Kvinnors Företagande**



Physio**ch**raft

Jag är legitimerad Sjukgymnast / Fysioterapeut sedan 1989 och har mestadels arbetat med ortopedisk medicin, ortopedisk rehabilitering, stressrelaterad smärta och hälsoutveckling med livsstilsförändringar.

De första fem åren som sjukgymnast jobbade jag på ortopedkliniken på Ängelholms sjukhus. Sedan 1994 har jag arbetat som privat sjukgymnast på avtal med landstinget, Region Skåne.

Som Sjukgymnast och Fysioterapeut jobbar jag också på företag med förebyggande aktiviteter och hälsoutveckling.



När jag inte är sjukgymnast är fysisk aktivitet mitt största intresse.

Sedan 1982 har jag varit ledare för olika gruppaktiviteter. Först som gympaledare i Ängelholms Gymnastik förening och sedan som ledare av olika grupper i egen regi, dels i Munkaljungby när vi fanns där som Sjukgymnastiken i Munkaljungby och senare på Hälsans Hus. Mest är det grupper med Spinning och olika typer av styrka och rörlighet.

Mina program bygger på tankegången att vår kropp behöver Service och underhåll precis som alla våra kapitalvaror.

Stående mål under året är mitt deltagande i En Svensk Klassikers olika aktiviteter.

En Svensk Klassiker blir du när du under ett år har klarat av Vasa loppet eller Engelbrektsloppet, Vättern Rundan, Vansbro simningen och Lidingöloppet.

Du kan läsa mer om detta under fliken En Svensk Klassiker.