

Öppna en godkänd arbetsplats

Öppna arbetsplatsen från Konton och workplaces när din medlemskapsbegäran har godkänts.

1

Välj arbetsplatsen

Här är du: Kontomenyn visar arbetsplatsen utan statusen Väntar.

Gör så här: Välj arbetsplatsen som du har fått åtkomst till.

DEV PhysioWorkplace Klinisk arbetsyta

Övningar Personligt konto

KONTON OCH WORKPLACES

Personligt konto Personliga övningar och program

Meadow Arc Rehab Arbetsplats

Sök titel, taggar, kroppsregioner eller instruktioner

+ Lägg till filter

Rensa filter

13 resultat

Uppresning från stol
Publik
Bilateral förflyttning från sittande till stående och tillbaka, utförd från en stol med fötterna kvar i samma ställning och armarna korsade över bröstet.
Uppresning från stol Höft
Knä Lår

Enbensstående
Publik
Statisk balansövning där kroppsvikten bärs på ett ben medan den andra foten hålls fri från golvet och bålen hålls upprätt.
Enbensbalans Fotled Fot
Höft

Väggglidning för axel
Publik
Bilateral axelövning där händerna glider uppåt på en vägg medan bålen hålls upprätt.

Sittande knästräckning
Publik
Sittande ensidig knästräckningsövning där höger underben lyfts medan låret förblir understött.

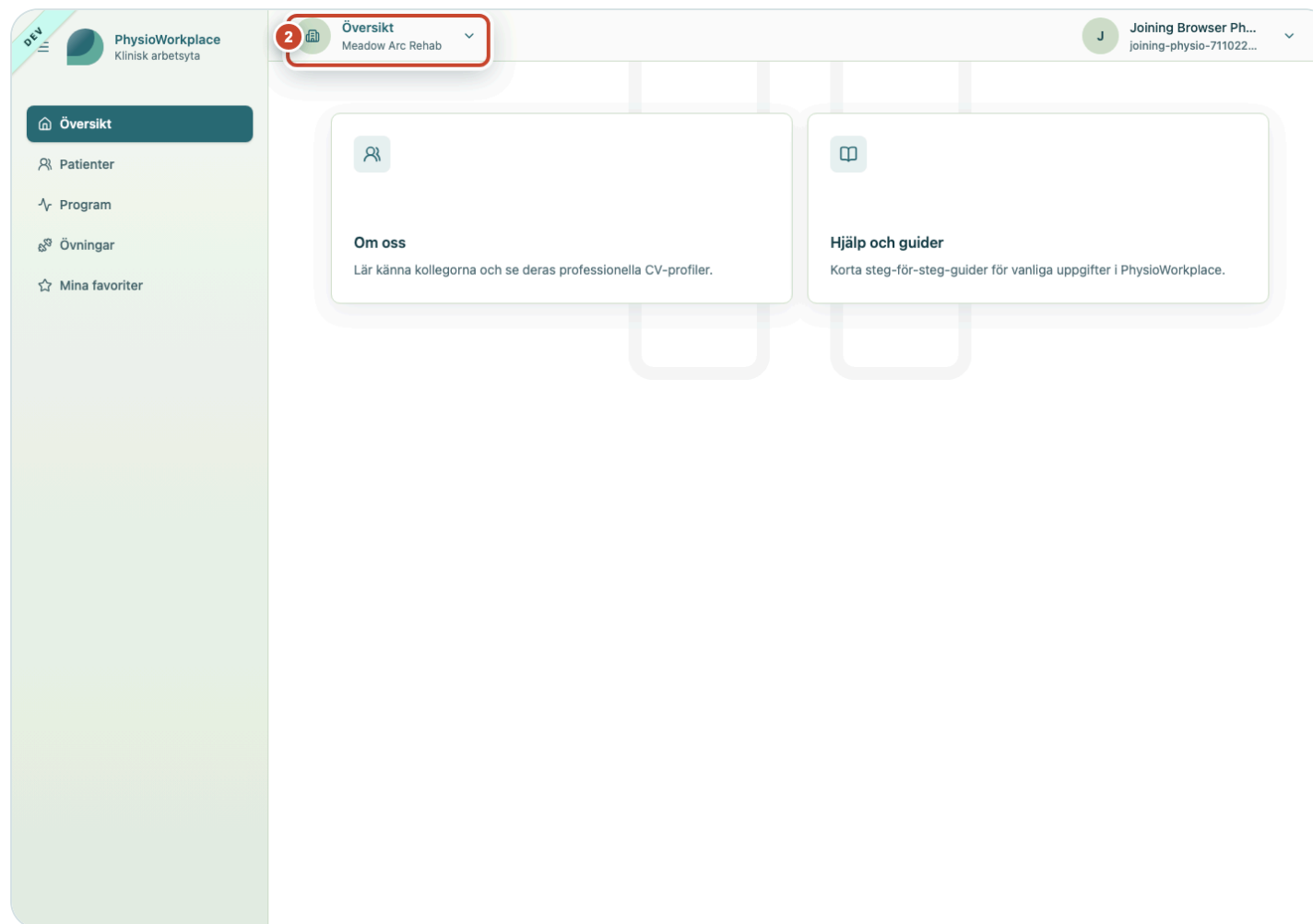
Klart när: Arbetsplatsen öppnas som din aktiva arbetsyta.

2

Kontrollera arbetsytan

Här är du: Sidhuvudet visar den aktiva arbetsplatsen.

Gör så här: Kontrollera att rätt arbetsplats visas i arbetsyteväljaren.



Klart när: Du arbetar nu i den valda arbetsplatsens kontext.