

ハード訓練の流れ

日常生活動作・就労を視野に入れた訓練

高負荷の筋力訓練を中心とした立位、四つ這いでのバランス訓練を主とする訓練となります。

サーキット訓練

マシン訓練
自主訓練指導
個別訓練

アセスメント・目標設定

Planning設定・実施

- 9 : 00 (13 : 00) ~ 9 : 30 (13 : 30)
バイタル・全体ストレッチ
- 9 : 30 (13 : 30) ~ 11 : 00 (15 : 00)
サーキット訓練・個別機能訓練
- 11 : 00 (15 : 00) ~ 11 : 45 (15 : 45)
集団体操・運動
- 12 : 00 (16 : 00)
送迎

短・中・長期のゴール設定の見直し

目標達成・継続

就労

目標達成・目標再設定・卒業

