



James Phillips

James Phillips, MSc, BSc, CSCS

Essendo un Allenatore di Forza e Condizionamento, ho applicato i principi e i metodi dell'allenamento della performance alla riabilitazione dell'ACL. Sono enormemente interessato alla riabilitazione dell'ACL e ho oltre 10 anni di esperienza nella riabilitazione dei pazienti che tornano allo sport dopo ricostruzioni ACL standard fino a interventi chirurgici al ginocchio multi-legamentari.

Ho aiutato atleti di alto livello a tornare alle competizioni internazionali fino ai guerrieri del weekend che giocano con gli amici.

Mi vanto di fornire la migliore pratica e cura possibile, sia di persona che online. Parte del mio servizio include la riabilitazione sul campo che chiude il divario tra lo sviluppo di forza e potenza in palestra e la competizione negli ambienti sportivi.

Insegno anche nel "The Complete ACL Rehab Course" insieme al fisioterapista Andrew Goodall, tenendo un corso di 2 giorni di persona che insegna la riabilitazione dell'ACL a fisioterapisti e scienze motorie.

Insegnare agli altri significa che devo rimanere aggiornato con le ultime ricerche e ho contribuito alla letteratura sull'ACL nel 2022 tramite The Knee Journal (Variabili associate al successo dopo la ricostruzione del legamento crociato anteriore negli atleti ricreativi: uno studio prospettico di coorte).

**Andrew David Goodall MCSP, MSc, BSc (Hons)**

Sono un fisioterapista specializzato in riabilitazione MSK con un interesse per tutto ciò che riguarda il ginocchio ma più specificamente per la gestione delle lesioni dell'ACL sia operate che non.

La mia passione è aiutare i pazienti a tornare al loro sport utilizzando i metodi più aggiornati basati sulle migliori prove disponibili.

Ho lavorato in una vasta gamma di contesti, tra cui il servizio sanitario nazionale, lo sport e ora la pratica privata.

Sono basato presso Pure Sports Medicine Canary Wharf dove gestisco il team riabilitativo.

L'etica di squadra è ciò che ci distingue davvero. Ho un accesso rapido a consulenti di medicina sportiva e dell'esercizio fisico, allenatori di forza e condizionamento, podologi, istruttori di Pilates e altro ancora.