

Mit Spaß aktiv und leistungsfähig.

**Mit Bewegung gegen
Osteoporose und Schmerzen.**

UNSERE GESUNDHEITSKURSE

Dienstag

09:30 Uhr PhysioMove Ganzkörpertraining (+ Geräte)

10:30 Uhr PhysioMove Ganzkörpertraining (sanft)

18:00 Uhr PhysioMove Ganzkörpertraining (+ Geräte)

19:00 Uhr PhysioMove Ganzkörpertraining (+ Geräte)

Freitag

09:00 Uhr PhysioMove Ganzkörpertraining

10:00 Uhr PhysioMove Ganzkörpertraining (+ Geräte)

10 x 60 Min.: 100 €



**Diese Kurse werden von den gesetzlichen
Krankenkassen unterstützt.**

UNSER GERÄTETRAINING

Zeitlich flexibel trainieren Sie, nach vorheriger Einweisung durch unser Fachpersonal, über eine Zehnerkarte.



Einweisung: 40 €

Zehnerkarte: 50 €

**Werden Sie aktiv,
denn Ihre Gesundheit ist Ihr höchstes Gut!
Wir freuen uns auf Sie!**

**Physiotherapie Seuß, Lindenallee 5, Alpen
Telefon: 02802-1015**



PRÄVENTIVER PHYSIO-CHECK

Beim **Präventiven Physio-Check** haben Sie die Möglichkeit Ihren Körper physiotherapeutisch unter die Lupe nehmen zu lassen.

Leistungen des 60-minütigen Checks:

- ✓ **Eingangsgespräch**, orientiert an Ihren Bedürfnissen und Wünschen
- ✓ **Physiotherapeutische Inspektion** und Untersuchung von Haltung, Körperstatik, Beweglichkeit und Stabilität einzelner Gelenke und Wirbelsäulenabschnitte, Muskelkraft, Gleichgewicht, etc.
- ✓ **Individuelle Beratung** mit Verhaltens- und Trainingsempfehlungen, sowie Vermittlung gezielter Übungen zur Prävention, bzw. zur Verbesserung einzelner Defizite

€ **Kosten:** 75 €

Zur langfristigen Erhaltung
Ihrer Gesundheit:
+ zur Vorbeugung
+ zur Optimierung

Nutzen Sie den Präventiven Physio-Check, um Ihr Leben so lange wie möglich selbstbestimmt und aktiv gestalten zu können!

Kontaktieren Sie uns gerne bei Fragen
und zur Terminvereinbarung:

Physiotherapie Seuß, Lindenallee 5, Alpen
Telefon: 02802-1015