

Veranstaltung – Ball der Polizei Bodensee in Friedrichshafen

94_05_011_012_268693-000/ahl

Anzeigenauftrags-Nr.: 268693-000

■ **Druckreif** (ohne Korrektur)

Platzierung: ggüb. GW

■ **Druckreif**
(nach Ausführung der angegebenen Korrekturen)

Anzeigengrößen: 1/1 186 x 260 mm

Farbigkeit: 4-farbig

Datum _____ Unterschrift _____

Dieser Korrekturabzug ist nur für Richtigkeit des Textes und Größe Ihrer Anzeige, nicht aber für die Farbgenauigkeit maßgebend.



„Bei Therapie & Training im Rückenzentrum geht es nicht allein um einen starken Rücken – sondern um das gesamte vitale Potential. Dieses fördern wir durch einen ganzheitlichen Ansatz.“

Friedrichshafener Rückenzentrum



Physiotherapie/Osteopathie
ambulante Wirbelsäulen-Reha
moderne Rückenschmerz-Therapie
Betriebliches Gesundheits-Management
Im Prisma Competence Park 2. Gebäude
www.fn-rueckenzentrum.de

Moderne Rücken-Gesundheit

In **8 Wochen** zu einem stärkeren und gesunden Rücken – das Wirbelsäulenkonzept mit Erfolgsgarantie



Extension



Flexion



Lateral-Flexion



Rotation

Trainingsplanung

Eingangsdiagnostik	Basis-training	Aufbau-training	Konsolidierung
Erfassung von: - Maximalkraft - Beweglichkeit - Trainingsplanerstellung	Aufbau von: - Grundkraft - Bewegungsgefühl	Aufbau von: - spezifischer Kraft für Alltag - Bewegungsstabilität	Erreichen von: - Alltagsstabilität - Bewegungssicherheit - Schmerzabbau
I	II	III	IV
Eingangstermin Dauer 60 min.	2 Wochen, 3-4 TE/Woche, jew. 45 min.	2 Wochen, 2-3 TE/Woche, jew. 60 min.	4 Wochen, 1-2 TE/Woche, jew. 60 min.

Trainingssteuerung

Eingangsuntersuchung

- Erfassung des Ist-Zustandes**
- Anamnese und manuelle Befundung durch Physiotherapeut/Dipl.-Sportlehrer
 - Maximalkrafttest, Beweglichkeitsmessung An der **NORSK**-Rückenstraße



Trainingsdokumentation

- Computergestütztes Biofeedbacktraining**
- Trainingskontrolle und Geräteeinstellungen durch Chipkartensteuerung
 - progressive Belastungsanpassung durch Test-/Retest-Messungen

Halt kommt von Haltung

Bei Therapie & Training im Rückenzentrum geht es nicht allein um einen starken Rücken – sondern um das gesamte vitale Potential. Dieses wird durch einen ganzheitlichen Ansatz gefördert.

Durch ein einzigartiges Zusammenspiel aus High Tech und Menschlichkeit: Fachärztliche Diagnose, komplementärtherapeutische Methodik und modernste Geräte. Gepaart mit intensiver Betreuung durch ein Team aus Physiotherapeuten, Osteopathen und fachärztlichen Medizinern.

Die Haltung des Rücken-zentrums ist dabei in jeder Ecke und bei jedem Ihrer Betreuer spürbar. Auf allen Ebenen unseres Hauses. Und auf allen Ebenen un-



Foto: Dr. med. Peter Marcinowski

res Konzeptes: Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Körpers, Vorbeugung, Substanzaufbau, Optimierung. Wenn Sie unter Rückenschmerzen leiden, sind Kraft und Leistungsfähigkeit Ihrer Rückenmuskulatur in der Re-

gel erheblich reduziert. Mit Hilfe von biomechanischen Funktionsanalysen, Computer assistiert, können alle Bewegungsachsen an der Wirbelsäule exakt analysiert werden – quasi ein „EKG des Rückens“. Auf Basis der Testergebnisse wird ein maßgeschneidertes, speziell auf Ihre Problematik abgestimmtes Trainingsprogramm entwickelt.

Das Rückentraining kann dadurch wie ein Medikament dosiert werden. So fließt kein Tropfen Schweiß umsonst und weder Energie, Zeit noch Willenskraft werden vergeudet. Der Aufwand ist dabei denkbar gering. Mit maximal 24 Trainingseinheiten im Rahmen von 10 – 12 Wochen, maximal drei Monate Dauer.

Friedrichshafener Rückenzentrum

Im Competence Park
2. Gebäude
Otto-Lilienthal-Str. 4
T 07541-300 67 70
F 07541-300 67 69
E info@fn-rueckenzentrum.de
I www.fn-rueckenzentrum.de

Dr. med. Peter Marcinowski
FA für Orthopädie/
Ernährungsmedizin
DAEM/DGEM
T 07541-374 68 63
Sprechstunde:
Mo-Fr 9.00–20.00 Uhr

Die gesetzlichen sowie privaten Versicherer, übernehmen sämtliche Kosten im Rahmen unseres Therapiekonzepts (D1/KGG/MAT).

BKK GILDEMEISTER
SEIDENSTICKER
Einfach. Gut. Für Alle.

die ergonomie.experten
Netzwerk für Ergonomie

officeplus
einfach gesünder arbeiten
www.officeplus.de

HAIDER®
BIOSWING

BKK Gesundheit
denk an dich