

## SPORT

### Leistungen für Selbstzahler

#### Medizinisches Gerätetraining

Wie bieten Ihnen ein auf Sie zugeschnittenes Trainingsprogramm mit Rundumbetreuung. Computergestützte Trainingsgeräte und die Begleitung durch erfahrene Trainer führen zu Ihrem Trainingserfolg. Wir berücksichtigen Ihre gesundheitliche Situation und erstellen auf dieser Grundlage Ihren persönlichen Trainingsplan. Sie erhalten eine umfangreiche Einweisung durch unsere Mitarbeiter. Die Trainingsdaten sowie Geräteeinstellungen werden auf einer Trainingskarte gespeichert und anhand Ihrer Erfolge weiter angepasst.

#### Individuell - eine für Sie ausgelegte Trainingslösung

**Geräte-Fit-Vier Jahreszeiten** 44,90 € mtl.  
Medizinisches Gerätetraining, 12 Monate \*

**Geräte-Fit-Saison** 49,90 € mtl.  
Medizinisches Gerätetraining, 6 Monate \*

**Geräte-Fit-Vier Jahreszeiten Partner** 39,90 € mtl.  
Medizinisches Gerätetraining, 12 Monate \*

**Geräte-Fit-Vier Jahreszeiten Schüler/Studenten** 39,90 € mtl.  
Medizinisches Gerätetraining, 12 Monate \*

In Verbindung mit ärztlichen Verordnungen für Reha-Sport oder Funktionstraining bieten wir Ihnen ergänzendes Gerätetraining an:

**Geräte-Fit-Vier Jahreszeiten PLUS** 34,90 € mtl.  
Medizinisches Gerätetraining, 12 Monate \*

#### Gerätenutzung/Trainingszeiten

Mo. 7:00 - 12:00 / 15:00 - 20:00 Uhr  
Di. 8:00 - 12:00 / 15:00 - 19:00 Uhr  
Mi. 8:00 - 12:00 / 15:00 - 20:00 Uhr  
Do. 7:00 - 12:00 / 15:00 - 19:00 Uhr  
Fr. 8:00 - 13:00 / 14:00 - 18:30 Uhr

**Premium Check** 60 Minuten 49,90 €

Anamnese, Funktionstestungen der Muskeln und Gelenke, Kontrolle der Körperstatik, Blutdruckmessung, Messung der Körperzusammensetzung, individuelle Trainingsplanerstellung, Einweisung in die Geräte

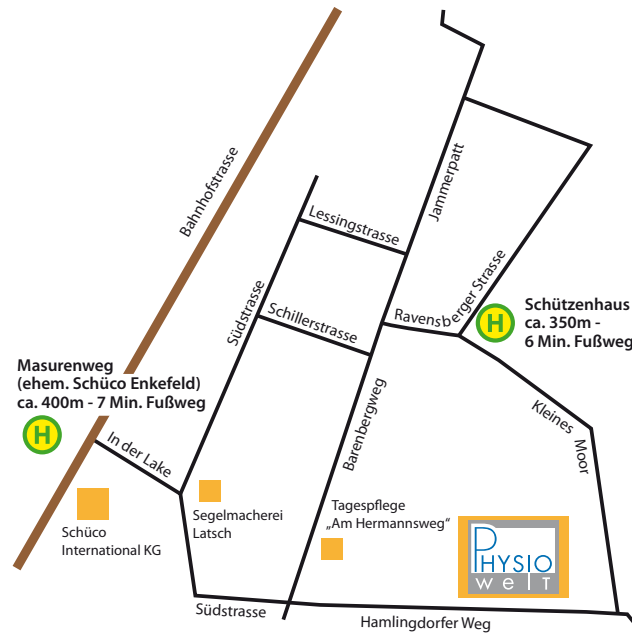
**Standard Check** 30 Minuten 24,90 €

Anamnese, individuelle Trainingsplanerstellung, Einweisung in die Geräte

\* Eine Kündigung ist jeweils in den ersten 30 Tagen ohne Angabe von Gründen möglich.

Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt.

Physiowelt, Hamlingdorfer Weg 1c, 33829 Borgholzhausen, Tel. 05425-7262



THERAPIE

PRÄVENTION

SPORT

Unser  
Leistungsumfang

Praxisgemeinschaft

Claudia Egbert-Wickermann  
Karin Degryse Leonie Schildmann

Bürozeiten

Mo. - Fr. 8:00 - 12:00 / 15:00 - 18:00 Uhr

Hamlingdorfer Weg 1c 33829 Borgholzhausen  
Tel-Nr. 05425-7262 Fax-Nr. 05425-932676  
E-Mail: info@physiowelt-borgholzhausen.de  
www.physiowelt-borgholzhausen.de

Praxisgemeinschaft

Claudia Egbert-Wickermann  
Karin Degryse Leonie Schildmann

Hamlingdorfer Weg 1c 33829 Borgholzhausen  
Tel-Nr. 05425-7262 Fax-Nr. 05425-932676  
E-Mail: info@physiowelt-borgholzhausen.de  
www.physiowelt-borgholzhausen.de

## THERAPIE

### Leistungen für Selbstzahler und nach ärztlicher Verordnung

#### Einzeltherapie

Krankengymnastik *	25 Minuten	23,00 €
Krankengymnastik * nach Bobath/Vojta/PNF	25 Minuten	25,00 €
Manuelle-Therapie	25 Minuten	25,00 €
Klassische-Massage-Therapie (KMT)	25 Minuten	20,00 €
Fango (Naturmoor) & KMT	50 Minuten	26,00 €
Heißluft-Wärmetherapie & KMT	50 Minuten	25,00 €
Manuelle-Lymphdrainage *	25 Minuten	24,00 €
Manuelle-Lymphdrainage *	45 Minuten	38,00 €
Fußreflexzonenmassage	25 Minuten	26,00 €
Fußreflexzonenmassage	50 Minuten	48,00 €
Cranio-Sakrale-Therapie	50 Minuten	63,00 €
Kinesio-Tape	ab	8,00 €

\* Hausbesuche zuzüglich 7,50 € Anfahrtspauschale  
Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt.

#### CMD (Kiefergelenksbehandlung/Reset)

#### FDM (Faszientherapie)

#### Triggerpunkt-Therapie

#### Traktion/Schlingentisch

### Heilpraktiker für Physiotherapie

Die Zusatzqualifikation erlaubt uns als Heilpraktiker für Physiotherapie ohne ärztliche Verordnung zu behandeln. Durch uns ausgestellte Rezepte werden über die Gebührenordnung für Heilpraktiker abgerechnet. Unsere Therapiemöglichkeiten stellen wir Ihnen gerne vor.

Vereinbaren Sie Termine während unserer Bürozeiten  
Mo. - Fr. 8:00 - 12:00 / 15:00 - 18:00 Uhr

## PRÄVENTION

### Leistungen Ihrer Krankenkasse

#### Präventionskurse nach §20 SGB V

Wir bieten Ihnen nach §20 zertifizierte Gesundheitskurse. Es handelt sich hierbei um präventive, also vorbeugende Maßnahmen, zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit.

Die gesetzlichen Krankenkassen bezuschussen diese Präventionskurse mit 50-100% der Gesamtkosten.

#### Functional-Vital

Ganzheitlich orientiertes Gesundheits- und Fitnesstraining mit praktischen Übungen zur Förderung von Koordination und Gleichgewichtssinn. Erreicht werden Erhalt und Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit.

#### Rücken-Fit

Der Präventionskurs „Rücken-Fit“ verfolgt die Schwerpunkte der Vermittlung von Bewegungs- und Mobilisationsübungen, sowie das Erlernen von Übungen, welche die Muskulatur rund um die Wirbelsäule stabilisieren.

#### Faszien-Fitness

Im Kurs „Faszien-Fitness“ werden die vier Prinzipien des modernen Faszientrainings vorgestellt. Rebound Elasticity, Fascial Stretch, Fascial Release und Propriozeptives Refinement sorgen für den Erhalt und die Verbesserung der Beweglichkeit. Hier lernen Sie alle Techniken kennen, welche durch Gewebeverklebungen bedingte Schmerzen vorbeugen.

#### Beckenboden

Beckenbodentraining für Frauen jeden Alters. Der Kurs dient der Prävention von Inkontinenz, Organsenkung und der Wechseljahresbeschwerden. Auch wird die Integration der Beckenbodenaktivität in den Alltag (Sport, Beruf und Haushalt) vermittelt.

Kursdauer und Preise auf Anfrage.

... zum Verschenken

THERAPIE

SPORT



## SPORT

### Leistungen nach ärztlicher Verordnung

#### Tägliche Kursangebote

##### Reha-Sport

45 Minuten

Rehasport wird im Regelfall von den Ärzten verordnet. Die Verordnung muss von ihrer Krankenkasse genehmigt werden. Danach ist das Funktionstraining für Sie kostenfrei. Leistungserbringer ist der Verein **Rehasport-Pium e.V.**

##### Funktionstraining

30 Minuten

Funktionstraining wird im Regelfall von den Ärzten verordnet. Die Verordnung muss von ihrer Krankenkasse genehmigt werden. Danach ist das Funktionstraining für Sie kostenfrei.

### Leistungen für Selbstzahler

#### Bewegungskurse/ Tägliche Kursangebote

60 Minuten

##### Yoga (Hatha Yoga)

10 Einheiten 99,00 €

Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele. Beinhaltet Phasen von Tiefenentspannung, Halte-, Kräftigungs- und Dehnübungen. Yoga verbessert Mobilität, Flexibilität, Kraft und Muskelausdauer. Die Übungen stärken den Gleichgewichtssinn und die Entspannungsfähigkeit.

##### Zumba

10 Einheiten 99,00 €

Zumba kombiniert Aerobic mit lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen. Hierbei wird Ausdauer, Koordination und Rhythmusgefühl geschult.

##### Pilates

10 Einheiten 99,00 €

Ganzkörpertraining, insbesondere der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur. Kleine und tiefliegende Muskelgruppen werden angesprochen.

Ziele: Verbesserung der Kondition, Bewegungskoordination, Körperhaltung/Körperwahrnehmung.

Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt.