

*Gesund sein.
Gesund werden.
Gesund bleiben.*



Physiotherapie
am Savignyplatz



Willkommen in unserer Praxis

Von Manueller Therapie über Bobath für Erwachsene, Gerätegestützte Krankengymnastik und Atemtherapie bieten wir ein weites Spektrum physiotherapeutischer Maßnahmen. Darüber hinaus erhalten Sie in unserem Feldenkrais Kurs die Möglichkeit, Ihre Körperwahrnehmung zu verbessern, Ihre Muskulatur zu kräftigen und einen wohltuenden Ausgleich zu sitzenden Tätigkeiten zu genießen. Unsere Gruppe erfreut sich großer Beliebtheit, denn gemeinsam machen die Übungen einfach mehr Spaß!

In unseren großzügigen Räumlichkeiten finden Sie ein breites Therapieangebot und eine medizinische Behandlung, die genau auf Ihr persönliches Profil abgestimmt ist. Und ganz nebenbei können Sie sich bei uns von Ihrem Alltagsstress erholen...

Wenn Sie nicht zu uns kommen können, kommen wir gerne zu Ihnen, denn unsere Praxis bietet auch Hausbesuche an.

*Wir helfen Ihnen gesund zu werden –
und gesund zu bleiben!*



Therapie von Kopf bis Fuß

Der Rücken geht vom Steißbein bis zu den Schultern? Nicht bei uns! In unserer Auffassung gehören die Füße ebenso dazu wie die Halswirbelsäule, der Kopf, die Arme und die Beine... Rückenprobleme haben in vielen Fällen mit Störungen im Zusammenspiel von Muskeln, Bändern, Knochen, Wirbeln und Gelenken zu tun, nicht zuletzt auch mit den Füßen – also mit der Körperhaltung als Ganzes. Ob es sich um Fehlstellungen, degenerative Haltungsschäden oder um Verletzungen handelt, stets wird der gesamte Körper in die Therapie einbezogen. Diese Betrachtungsweise ist die Basis unserer Behandlungen.

Die Macht der Gewohnheit

Wenn Sie jemals in Ihrer Beweglichkeit eingeschränkt waren, wissen Sie nur zu gut, wie unangenehm und schmerzhaft das sein kann. Doch kaum geht es etwas besser, neigt man gerne dazu, die alten Gewohnheiten wieder anzunehmen – bis zum nächsten Mal... Doch auch Gewohnheiten kann man verändern.

Wir stehen Ihnen gern zur Seite, wenn es darum geht, Spannungen zu lösen, schädigende Haltungen oder Bewegungsabläufe aufzuspüren und in sinnvolle Abläufe zu verwandeln. In unseren Kursen lernen Sie, besser auf die Signale Ihres Körpers zu hören.

Sie trainieren Ihre Muskulatur und erhalten außerdem wertvolle Tipps für Ihren Alltag. Auf Wunsch stellen wir Ihnen auch gern einen persönlichen Trainingsplan zusammen.

Ein Symptom kommt selten allein

Der Bewegungsapparat des Körpers ist ein hochkomplexes Wunderwerk – einzigartig in seiner Art und bei jedem Menschen ganz individuell ausgeprägt. Meist wird durch Schmerz angezeigt, wenn etwas nicht stimmt, doch nicht immer ist das Symptom auch die Ursache. Ein Schmerzsignal kann durchaus der Vorbote eines tiefer liegenden Problems sein. In unserer Arbeit bemühen wir uns daher, den Dingen auf den Grund zu gehen und mögliche Wechselwirkungen frühzeitig zu erkennen.

Neurologische Therapien

Mit Hilfe neurologischer Behandlungskonzepte, wie zum Beispiel der Bobath-Therapie, wird durch spezifische Reizung das physiologische Zusammenspiel von Muskeln und Nerven gefördert. Je nach Grad der Störung sind oftmals recht schnell Erfolge zu verzeichnen. Für eine nachhaltige Besserung ist eine längerfristig angelegte Therapie mit speziellen Übungssequenzen empfehlenswert, die wir gerne auf Ihre besondere Situation abgestimmt entwickeln.

Behandlungen nach Operationen

Nach einem operativen Eingriff fallen oftmals selbst einfache Bewegungen schwer. In dieser meist sehr sensiblen Phase der Genesung helfen wir Ihnen dabei, die täglichen Anforderungen an die Bewegung wieder zu bewältigen. Unsere therapeutische Behandlung unterstützt und beschleunigt den Heilungsprozess. Zugleich bieten wir Hilfe zur Selbsthilfe an und zeigen Ihnen, wie Sie auf schonende Weise selbst weiter üben können, damit Sie bald wieder gesund sind.



KOMIS FÜR
GLEICHBEREITUNG
UND TOLERANZ

Lifecycle[®] HERZFREQUENZ ♥

MODE 3,797,000 & 4,399,100

KAL TOTAL

2

PEDALUMDREHUNGEN / MIN

69

IDEALE HERZFREQUENZZONE

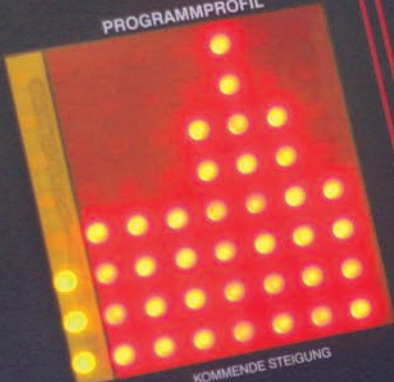


WÄHLE HERZFREQUENZ 220 MINUS IHREM ALTER *
WÄHLE TRAININGZONE = 50-85% IHRER
MAXIMALEN HERZFREQUENZ
HERZFREQUENZ ZONE AUF DEM LIFECYCLE =
IHRER MAXIMALEN HERZFREQUENZ
AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE

ZEITABLAUF

:26

PROGRAMMPROFIL



STEIGUNGS-
NIVEAU

STEIGUNG
MOMENTAN

KOMMENDE STEIGUNG

Unsere Leistungen

Physiotherapie

Krankengymnastik
Manuelle Therapie
Gerätegestützte Krankengymnastik
Bobath für Erwachsene
PNF (Kabat)
Reflektorische Atemtherapie
Skoliosebehandlung
Kiefergelenkbehandlung
Schlingentischtherapie
Hausbehandlungen

Physikalische Therapie

Klassische Massagen
Lymphdrainage
Moorpackungen, Fango
Heißluft, Heiße Rolle
Elektrotherapie
Ultraschall
Kryotherapie

Weitere Behandlungen

Kinesio-Tape

Gruppen und Kurse

zur Prävention, zur selbständigen Fortsetzung
der Behandlung und zur Verbesserung der
Körperwahrnehmung

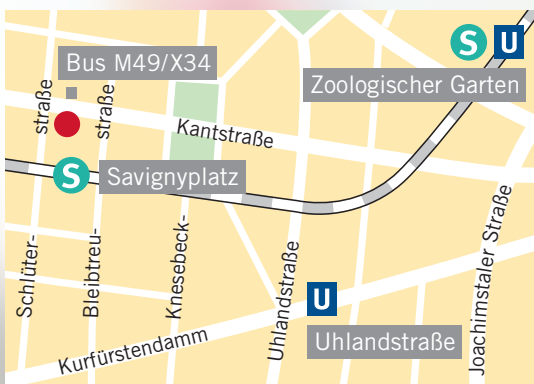
Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Kompetenz und Qualifikation

Alle Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen unserer Praxis verfügen über eine umfassende physiotherapeutische und bewegungsheilkundliche Ausbildung. Sie nehmen kontinuierlich an Fortbildungsmaßnahmen teil und sind in ihrem Bereich stets mit dem neuesten medizinischen Stand vertraut.



So finden Sie uns



Mit Bus und Bahn können Sie unsere Praxis bequem erreichen. Der S-Bahnhof Savignyplatz ist nur wenige Meter entfernt, und die Buslinien M49 und X34 halten direkt vor der Haustür.



Physiotherapie am Savignyplatz

Kantstraße 138 Ecke Schlüterstraße
10623 Berlin-Charlottenburg
Telefon (030) 312 50 30

www.physiotherapie-savignyplatz.de