

SCHWERPUNKTE

Der Schwerpunkt der Therapie liegt in der Verbesserung der verschiedenen Gewebestrukturen wie Muskeln, Sehnen, Bänder, Knochen und Knorpel. Zudem können erlernte Bewegungsabläufe und Körperhaltungen, welche für den Körper weniger belastend sind, automatisiert werden. Wir berücksichtigen je nach gegebener Problematik Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination, Gleichgewicht und Beweglichkeit. Das heißt, dass wir im Training mobilisierend und stabilisierend auf einzelne Gelenke oder Wirbelsäulenabschnitte einwirken.

BACK-CHECK DR. WOLFF

Um ein effizientes Krafttraining durchzuführen, sollten Sie objektive Vergleichsdaten zur Erfolgskontrolle haben. Der Back-Check von Dr. Wolff ist ein Messgerät, das Ihre muskulären Dysbalancen im Rumpf und auch in den Extremitäten analysiert. Die Resultate werden mit einfachen Grafiken dargestellt, damit nicht nur der Fachmann die Resultate interpretieren kann. So werden Stärken und Schwächen deutlich, die durch ein gezieltes Training verbessert werden können.



TRAININGSGERÄTE

Wir trainieren mit Ihnen an modernsten Kraft- und Ausdauergeräten namhafter Hersteller.

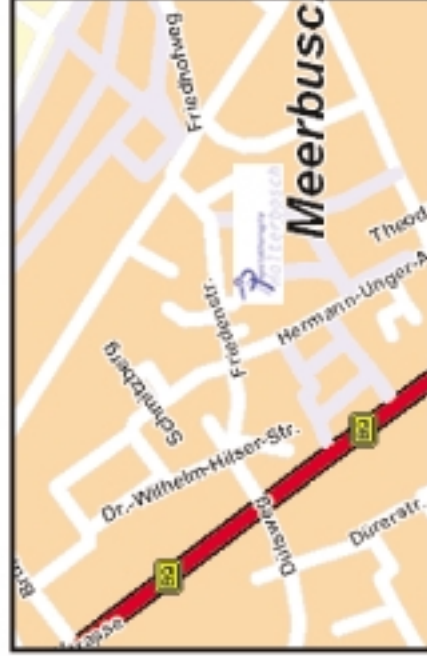
- Lumbaltrainer
- Abdominaltrainer
- Lateraltainer
- Rotationstrainer
- Rhomboflex
- Schulter/Armtainer
- Beinpresse
- Beincurler
- Zugapparate
- Ergometer
- Ellipsentrainer
- Freie Gewichte



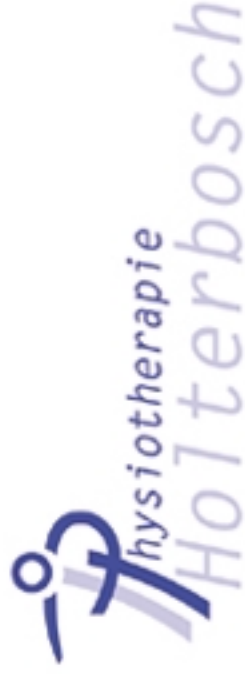
Wir freuen uns auf Ihren Anruf

Montag – Mittwoch von 9:00 – 20:00 Uhr
Donnerstag und Freitag 9:00 – 21:00 Uhr
Samstag von 8:00 – 14:00 Uhr

Lageskizze



Parkplätze sind ausreichend vorhanden.



Physiotherapie, Rehabilitation & Prävention

in Meerbusch

Friedenstr. 23
40667 Meerbusch
Tel.: 02132 / 938 160

www.praxisholterbosch.de

WIR ÜBER UNS

Mehr als 35 Jahre Berufserfahrung haben Rita und Volker Holterbosch das Maß an Erfahrungen gewinnen lassen, dass allen Patienten zu Gute kommt. Die Praxis Holterbosch praktiziert seit 1969 in Meerbusch-Büderich im Bereich Physiotherapie/Krankengymnastik. In dieser Zeit hat sich das Leistungsspektrum ständig erweitert und immer an dem neuesten medizinischem Stand orientiert. Das Praxisteam mit ausschließlich staatlich anerkannten Physiotherapeuten wird durch regelmäßige Fortbildungsprogramme weitergebildet.

Die Praxis verfügt über die Zulassung bei allen Kassen, Berufsgenossenschaften, Privatversicherungen und ist Mitglied im IFK und ZVK.

Die Räumlichkeiten wurden laufend den Bedürfnissen der Kunden und der wachsenden Praxistätigkeit angepasst. So entstanden in den letzten Jahren neue Behandlungsräume und eine Medizinische Trainingstherapie, wo unter fachkundiger Anleitung und Kontrolle trainiert werden kann.

WAS WIRD UNS ERWARTEN?

Unser oberstes Ziel ist und wird es bleiben, eine individuell angepasste und kostenbewußte Physiotherapie, Training und präventive Maßnahmen anzubieten.

TEAM



WIR BIETEN

Es werden alle Therapieformen durchgeführt. Darüber gezieltes Kraft- und Rehabilitationstraining auf Basis einer genauen Haltungs- und Bewegungsanalyse mit speziell für Physiotherapeuten entwickelten Geräten.

LEISTUNGSSPEKTRUM

Physiotherapie und Rehabilitation:

- Allgemeine Krankengymnastik
- Gerätegestützte Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- KG auf neurophysiologischer Basis
- Kinderphysiotherapie
- Sportphysiotherapie
- Medizinische Trainingstherapie
- Klassische Massagetherapie
- Manuelle Lymphdrainage
- Brüggertherapie
- Bewegungsbad 32°
- Atemtherapie
- Skoliosebehandlung
- Medizinische Fitness
- Back-Check Dr. Wolff
- Traktionsbehandlung – Schlingentisch
- Kältetherapie
- Fangopackungen – Heißluft
- Elektrophysiotherapie
- TENS
- Lasertherapie
- Inkontinenzbehandlung
- Bindegewebsmassage
- Personal Training
- Hausbesuche

Wellness:

- Finnische Sauna
- Solarium
- Ruheräumlichkeiten
- Innen- und Außenbecken
- Sonnenterrasse
- Warmwasserbecken 32°
- Hallenbad

GESUNDES TRAINING WILL GELERNT SEIN

Unter diesem Aspekt steht das Angebot von Physiofit im Bereich der Prävention. Falsche körperliche Belastungen, oft bedingt durch sitzende Tätigkeiten können zu Haltungsschäden und Wirbelsäulenproblemen führen. Die immer höhere Lebenserwartung, verbunden mit dem Wunsch nach mehr Lebensqualität bis ins hohe Alter, führt zur Einsicht, dass die Eigenverantwortung für die Gesundheitsvorsorge immer mehr zunimmt. Dieser Eigenverantwortung und dem daraus resultierenden Bedürfnis den Körper fit zu halten sowie den natürlichen Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule und den wichtigsten Gelenken vorzubeugen, versuchen wir mit fachlicher Beratung, individueller Trainingsplanung und persönlicher Trainingskontrolle Rechnung zu tragen.

MEDIZINISCHE FITNESS

- für Leute, die
 - fit sind und es bleiben möchten
 - nicht fit sind und es werden möchten
 - ihre Haltung verbessern möchten
 - aktiv gegen Rückenschmerzen angehen

