

SPORTTHERAPIE in der Turnhalle

Wollen Sie nach einer Kreuzbandoperation wieder im Goal stehen?

Zweifeln Sie, ob Ihre Schulter nach einer Luxation genug stabil ist für das Volley-Training?

Meist wird die Physiotherapie nach einer akuten Verletzung eines Sportlers abgeschlossen, bevor die Rückkehr in den Sport unter optimalen Bedingungen trainiert werden kann. Dies bringt ein erhöhtes Risiko einer erneuten Verletzung mit sich.

Das Ziel der Sporttherapie ist, dass Sie am Ende der Rehabilitation oder begleitend zur Physiotherapie nach einer Verletzung oder Operation zurück in den Sport finden. Das Training in der Turnhalle ermöglicht unter optimalen Voraussetzungen eine sportartspezifische Rehabilitation. Springen, hüpfen, werfen, rennen, beschleunigen...es sind (fast) keine Grenzen gesetzt!

Die Sporttherapie findet in kleinen Gruppen in der Grundbacherturnhalle statt und wird durch diplomierte Sportphysiotherapeut/innen geleitet. Die Inhalte und Anzahl Trainings werden individuell auf die Ziele des Sportlers angepasst.

Mögliche Inhalte können sein:

- Laufen: Lauf-ABC, Koordinationleiter, Schnelligkeit
- Sprünge: Sprung-ABC, High Impact Sprünge
- Werfen: Wurf-ABC
- Agility / Stop & Go
- Umsetzung der Inhalte sportartspezifisch

Die Abrechnung erfolgt mit ärztlicher Verordnung über die Grundversicherung und auch Selbstzahler können am Training teilnehmen.

Befinden Sie sich am Ende der Rehabilitation und fühlen sich angesprochen?

Zögern Sie nicht und nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wir freuen uns auf Sie.