

Kursangebote

MO

BM-Balance-Beckenbodentraining

16.00-17.00 Uhr

Rückengesundheit fördern nach der BVMBZ

Rückenschule-Anfänger

17.10-18.10 Uhr

Rückenschule-Wiedereinsteiger

18.20-19.20 Uhr

Body Balance Pilates-Fortgeschrittene

19.30-20.30 Uhr

DI

Body Balance Pilates-Anfänger

10.00-11.00 Uhr

Rückengesundheit fördern nach dem BVMBZ

Rückenschule-Wiedereinsteiger

18.30-19.30 Uhr

MI

Gymnastik für Ältere - Seniorensport

09.00-10.00 Uhr

Rückbildungsgymnastik & Beckenbodentraining

10.10-11.10 Uhr

Autogenes Training

14.40-15.40 Uhr

Präventives Genius Rückentraining

(Training an Geräten und funktionelles Training basierend auf einer Rückenschule)

15.50-16.50 Uhr (Anfänger)

Präventives Genius Rückentraining

(Training an Geräten und funktionelles Training basierend auf einer Rückenschule)

17.00-18.00 Uhr (Fortgeschrittene)

FR

Sitzgymnastik für Senioren

11.00-12.00 Uhr

Präventives Genius Rückentraining

(Training an Geräten und funktionelles Training basierend auf einer Rückenschule)

Alle Kurse in diesem Flyer sind nach § 20 der Prävention bei der zentralen Prüfstelle für Präventionskurse zertifiziert und anerkannt. Die Kosten werden somit teilweise oder vollständig von Ihrer Krankenkasse übernommen.

Wir sind Kooperationspartner der AOK Niedersachsen, d. h. Sie bekommen 2 Kurse pro Jahr von Ihrer Krankenkasse zu 100% bezahlt. Alle unsere Kurse sind bei der AOK Nds. anerkannt. Sie brauchen nur einen Gutschein von der AOK. Sprechen Sie uns an! Wir beraten sie gerne!

GUTSCHEIN

Verschenke eine wohltuende Auszeit als Wertgutschein!

Gutscheine erhalten Sie an der Rezeption.



Anke Rautenhaus-Rodewald
Physiotherapeutin und Heilpraktikerin für Physiotherapie

Physiotherapie · Prävention · Rehabilitation

www.krankengymnastik-rautenhaus-rodewald.de

Anke Rautenhaus-Rodewald
Physiotherapeutin und Heilpraktikerin für Physiotherapie

Physiotherapie · Prävention · Rehabilitation

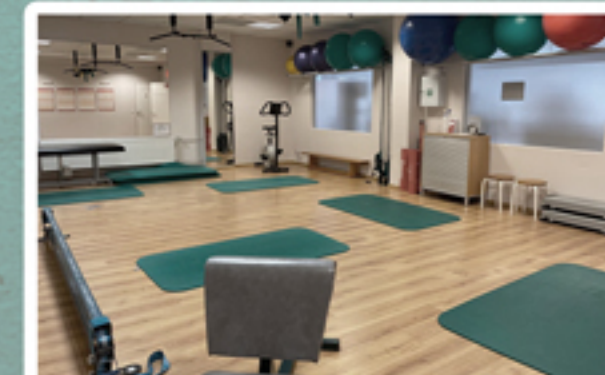
Praxis Angebot

fon 04221 - 129560

8:00 - 13:00 Uhr

fax 04221 - 150840

14:00 - 19:00 Uhr



Öffnungszeiten

Mo+Di+Do 7-20 Uhr Mi 7-19 Uhr Fr 7-17 Uhr

Cramer Str. 183 Delmenhorst | Helmut-Lange-Haus

P Parkplätze vorhanden

DB 10 Gehminuten zum Bahnhof

H Bushaltestelle / Linie 204 (halbstündlich)

♿ Rollstuhlgerecht

www.krankengymnastik-rautenhaus-rodewald.de

SCHWERPUNKTE

Das sehr gut geschulte Team der **Praxis Anke Rautenhaus-Rodewald** hat seine Schwerpunkte in folgenden Bereichen:

- Orthopädie
- Neurologie
- Sportphysiotherapie
- Lymphologie
- Geriatrie
- Gynäkologie
- Innere Medizin

Um langfristig Schmerzen zu reduzieren, beschwerdefrei und gesund zu bleiben, wird in der Praxis für Physiotherapie außerdem eine gezielte medizinische Trainingstherapie an Geräten angeboten. Es handelt sich hierbei um ein computergestütztes Training, dessen Grundlage eine umfangreiche Analyse bildet, anhand deren Ergebnisse für Sie ein gezielter, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmter, Trainingsplan erstellt wird. Funktionelle Übungen sowie altersgerechte Übungen und Dehnungen sind selbstverständlich auch Bestandteil Ihres Trainings. Außerdem bieten wir ein breitgefächertes Präventionsangebot an, da Bewegung und Gesundheitsbewusstsein wichtige Bestandteile in unserem Alltag sind, um so weiteren Beschwerden am Bewegungsapparat vorzubeugen oder Ihren Therapieerfolg zu sichern.

**Wir beraten sie gern!
Sprechen sie uns an!**



Physiotherapie und Krankengymnastik

- ◆ Physiotherapie & Krankengymnastik
- ◆ Manuelle Therapie / Osteopathie
- ◆ Atlas Therapie
- ◆ Neurologische Behandlungsformen (Bobath / PNF)
- ◆ Krankengymnastik am Gerät
- ◆ Behandlung Cranio-Mandibulärer-Dysfunktionen (CMD)
- ◆ Flossing
- ◆ Kopfschmerz- & Migränebehandlung
- ◆ Skoliosebehandlung nach Lehnert-Schroth
- ◆ Massage und Bindegewebsmassage
- ◆ Medizinische Trainingstherapie
- ◆ Manuelle Lymphdrainage
- ◆ Medi-Taping
- ◆ Neurologische Behandlung
- ◆ Fußzonenreflexmassage
- ◆ BM-Balance Beckenboden- und Sphinktertraining
- ◆ Teilheilpraktiker für Physiotherapie
- ◆ Schlingentischtherapie / Extension
- ◆ Psychomotorik für Kinder
- ◆ Faszien-Therapie
- ◆ Schwindeltherapie
- ◆ Gehschule
- ◆ Kaltluft und Eiskompressen
- ◆ Wärmeanwendungen:
 - Heiße Rolle
 - Moorpackungen
 - Heißluft



www.krankengymnastik-rautenhaus-rodewald.de

MEDIZINISCHE TRAININGSTHERAPIE MIT FACHKUNDIGER BETREUUNG

- ◆ Sie möchten etwas für Ihren Rücken, Ihre Muskulatur und Gelenke tun?
- ◆ Sie möchten aktiv etwas gegen ihre Beschwerden tun?
- ◆ Sie möchten im Alter fit bleiben und etwas gegen ihre Unsicherheit beim Gehen tun?
- ◆ Sie möchten persönlich betreut werden?
- ◆ Sie sind an einem medizinischen Gerätetraining – nicht an herkömmlichem Fitnesstraining interessiert?

Dann sind Sie bei uns genau richtig! Auf Basis einer Eingangsanalyse, die von einem Physiotherapeuten durchgeführt wird, werden Ihre Beschwerden ermittelt und weitere persönliche Ziele für Ihr Training festgelegt. Auf der Basis dieser Daten wird ein Trainingsplan für Sie erstellt. Außerdem ist es bei möglich bei uns med. Trainingstherapie auf Rezept wahrzunehmen. Voraussetzung dafür ist, dass Ihr behandelnde Arzt bei ihren Beschwerden die Notwendigkeit des Trainings sieht, z.B. nach Operationen bei Gelenk Ersatz, nach Frakturen, bei Osteoporose, bei starker Arthrose in der Wirbelsäule oder den Gelenken, bei M. Bechterev u.v.m. Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann vereinbaren sie einen Beratungstermin mit uns!

