

- Die Leistungsfähigkeit behutsam steigern und dauerhaft erhalten
- Die Schmerzen in den Griff bekommen
- Sich im eigenen Körper wieder richtig wohlfühlen



Aber auch, wenn Sie unter Rückenproblemen, Gelenkbeschwerden oder Muskelverspannungen leiden, helfen wir Ihnen, wieder möglichst beschwerdefrei leben zu können. Gleiches gilt für Nachwirkungen von Erkrankungen, die stationär behandelt werden mussten. Bei uns können Sie auf ambulantem Weg Ihre Rehabilitation wirkungsvoll weiterführen.

Seit Jahren stehen die Dr. Becker PhysioGyms bundesweit für eine individuelle Gesundheitsberatung, effektive Therapiekonzepte und ein breites Kurs- und Behandlungsspektrum. Nutzen Sie unsere medizinisch-therapeutische Kompetenz und testen Sie unser Angebot. Sprechen Sie uns an – wir sind für Sie da!

SO KOMMEN SIE ZU UNS

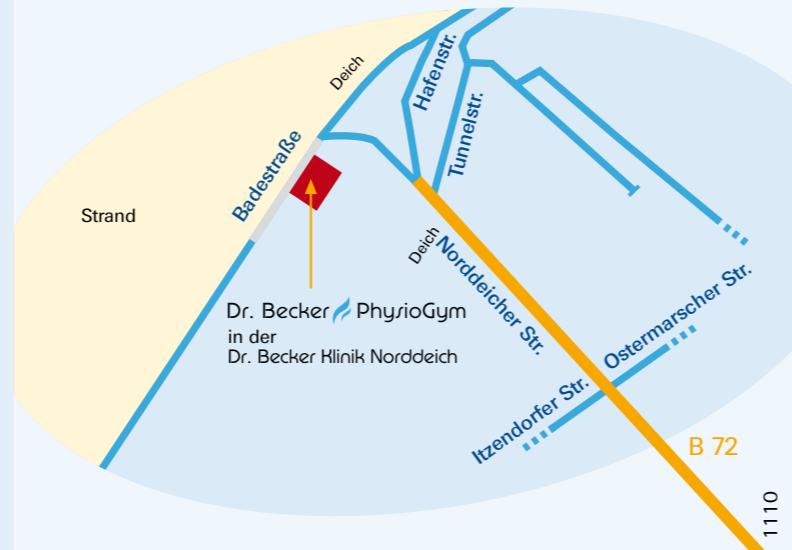
- Sie können uns jederzeit mit oder ohne ärztliches Rezept aufsuchen. Wir beraten Sie gerne und helfen Ihnen, aus unseren Angeboten zur Gesundheitsförderung, Prävention und Fitness das Richtige auszuwählen.
- Viele Krankenkassen erstatten bis zu 80% der Kursgebühr.

Dr. Becker PhysioGym
gesund trainieren – gesund bleiben

Badestr. 15 Tel. (0 49 31) 9 85-5 30
26506 Norden-Norddeich Fax (0 49 31) 9 82-5 54

info@db-pgym.de
www.dr-becker-physiogym.de

Sie finden uns direkt in der Dr. Becker Klinik Norddeich.



Dr. Becker Unternehmensgruppe



- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Physikalische Therapie
- Prävention



gesund trainieren – gesund bleiben

- Die Freude an der Bewegung neu entdecken
- Durch ein verbessertes Wohlbefinden Lebensqualität zurückgewinnen
- Kraft, Energie und Selbstvertrauen schöpfen



WIR WOLLEN, DASS ES IHNEN GUT GEHT

Fast jeder hat es schon einmal erlebt: Man fühlt sich schlapp und unmotiviert, die „Akkus sind leer“ und man glaubt, den zahlreichen Anforderungen des Alltags nicht mehr gerecht werden zu können.

Klar ist: Körper und Psyche sind sehr eng miteinander verknüpft. Vieles gelingt leichter, wenn Sie sich in Ihrem Körper wohlfühlen können. Dazu ist die richtige Balance aus Ruhe und körperlicher Aktivierung entscheidend.

Vielleicht haben Sie schon seit Jahren keinen Sport mehr gemacht. Kommen Sie zu uns – wir gehen die Sache behutsam und Ihrem ganz persönlichen Leistungsniveau entsprechend an!

■ *Jeder Mensch ist anders und hat seine ganz besondere Gesundheits- und Lebensgeschichte – das wissen und berücksichtigen wir.*

■ *Von der Trainingstherapie über Ergotherapie bis zur Aquafitness – erleben Sie mit uns, wie körperliche Aktivierung Ihre Lebensfreude weckt.*

gesund trainieren – gesund bleiben

■ **VIELE REDEN DARÜBER – WIR HABEN SIE: MEDIZINISCHE KOMPETENZ**

Jedes Dr. Becker PhysioGym ist unmittelbar an eine der Dr. Becker Rehabilitationskliniken angebunden. Deshalb verfügen wir über das ärztliche Wissen, um Menschen gezielt heilen zu können. Unser medizinisches Know-how lassen wir selbstverständlich kontinuierlich in die Therapie- und Präventionskonzepte der Dr. Becker PhysioGyms einfließen.

■ **GESUNDHEIT IST VERTRAUENSACHE – WIR GEBEN IHNEN SICHERHEIT**

Nirgendwo ist Qualität wichtiger als bei der Gesundheit: Hier darf es niemals Kompromisse geben. Damit für Qualität kein Interpretationsspielraum bleibt, sind alle Dr. Becker PhysioGyms nach DIN EN ISO 9001:2008 und den Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Medizinische Rehabilitation zertifiziert. Sie können daher sicher sein, nach anerkannt hohen, kontinuierlich geprüften Standards therapiert und trainiert zu werden.

■ **IHRE INDIVIDUALITÄT IST UNSER WICHTIGSTES ANLIEGEN**

Grundlegend für unser Therapieverständnis ist, dass wir auf Ihre ganz persönlichen Wünsche und Anforderungen eingehen. Nur wenn wir genau wissen, wo der Schuh drückt, können wir effektiv behandeln. Deshalb stehen eine gezielte physiotherapeutische Untersuchung und



die Ausarbeitung eines individuellen und konsequent lösungsorientierten Behandlungsprogramms am Beginn Ihrer Therapie.

■ **PHYSIOTHERAPIE**

Mit physiotherapeutischen Behandlungstechniken können Funktionsstörungen des Haltungs- und Bewegungsapparates sowie der inneren Organe und des Nervensystems wirkungsvoll therapiert werden. So gelingt es, Beschwerden zu beseitigen oder zu lindern und körperliche Selbstständigkeit wieder aufzubauen. Bei chronischen Erkrankungen sichert die Physiotherapie oftmals dauerhaft ein hohes Maß an Lebensqualität. Damit ist sie eine Alternative oder sinnvolle Ergänzung zur medikamentösen und operativen Therapie.

■ **AQUA-THERAPIE: DIE SANFTE HEILKRAFT DES WASSERS**

Auftrieb für Körper und Seele, Entlastung für die Gelenke, Entspannung für die Muskulatur.

Das Training in unseren Schwimmbecken bietet viele positive Effekte: Gelenke, Bänder und Sehnen werden durch den Auftrieb des Wassers geschont. Dadurch können Wirbelsäule und Rücken mit einer erheblichen Entlastung und nahezu ohne Verletzungsrisiko trainiert werden. Das warme Wasser wirkt entspannend auf die Muskulatur.

Aqua-Fitness ist ein ideales Bewegungsangebot zur behutsamen Steigerung Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit.

■ **PRÄVENTION: MEDIZINISCHES GERÄTETRAINING UND GESUNDHEITSKURSE**

Mit Hilfe des medizinischen Gerätetrainings können Sie Rückenschmerzen, Gelenkproblemen und dem Verlust körperlicher Leistungsfähigkeit wirksam vorbeugen. Bei uns findet das Training an medizinischen Krafttrainingsgeräten in kleinen Gruppen statt. So ist sichergestellt, dass unsere qualifizierten Therapeuten Ausgangsstellung und Bewegungsmuster jedes Teilnehmers korrigieren können.

Kräftigungs-, Dehn- und Entspannungsübungen werden auf Ihren Körperbau, Ihre Bewegungsabläufe und Ihre Konstitution ausgerichtet. Sie trainieren bei uns mit der Sicherheit, die für Sie richtige Trainingsintensität zu finden. Denn eine zu geringe Intensität bringt keine Verbesserung, während zu hohe Anforderungen schaden können.

Zusätzlich bieten wir Ihnen im Rahmen der Prävention verschiedene Kurse zur Erhaltung Ihrer Gesundheit an, beispielsweise die Medizinische Trainingstherapie, Aqua-Gymnastik oder das Stick-Walking.

