



GESUND AUF DEN PUNKT.

Unsere Vielfalt für Ihre Gesundheit

Physiotherapie, Massageanwendungen,
medizinische Trainingstherapie, Wellness



Kassenleistungen

Kiefergelenksbehandlung

Craniomandibuläre Dysfunktion ist ein Überbegriff für strukturelle und funktionelle Fehlregulationen der Muskel- oder Kiefergelenkfunktion.

Klassische Massagen

Die Massage ist eine mechanische Beeinflussung der Körpergewebe, die von Hand als Körper-, Nerven- oder Bindegewebsmassage durchgeführt wird.

Lymphdrainage

Eine spezielle Massageform, auch Streichmassage genannt, mit einer besonders weichen und vorsichtigen Grifftechnik, welche die Lymphgefäße zur Mehrarbeit anregt und das Ödem (Schwellung) in Abflussrichtung verschiebt.

Manuelle Therapie

Die Manuelle Therapie befasst sich im Rahmen der üblichen diagnostischen und therapeutischen Verfahren mit reversiblen Funktionsstörungen am Haltungs- und Bewegungssystem.

Medizinische Trainingstherapie

Diese Trainingstherapie ist auf die speziellen Bedürfnisse des Einzelnen abgestimmt und dient als Grundlage der medizinischen Fitness.

Physikalische Therapie (Elektro, Wärme, Fango, Eis, Kaltluft)

Je nach Therapieform können unterschiedliche Behandlungsziele erreicht werden wie z.B. Förderung der Durchblutung, Herabsetzung des Muskeltonus, Anregung des Stoffwechsels, Unterstützung des Muskeltonus u.v.m.

Physiotherapie

Physiotherapie beinhaltet sowohl die Vermeidung (Prophylaxe) von Funktionsstörungen des Bewegungssystems, als auch die Erhaltung und Wiederherstellung der natürlichen Bewegungsmuster.

Schlingentischtherapie

Der Schlingentisch bietet dem Therapeuten die Möglichkeit den schmerzgeplagten Patienten über Einsatz von Seilzügen und Schlingen in eine schmerzarme/-freie Position zu bringen.

Leistungen für Privatzahler

Breuss Massage

Die BREUSS–Massage dient einer generellen Entspannung der gesamten Rückenmuskulatur und stärkt und entlastet die Bandscheiben.

Dorn Therapie

Die Wirbelsäulenthherapie nach DORN ist eine sehr einfach anzuwendende, ordnende Therapie, die in Effektivität, Effizienz und Logik ihresgleichen sucht.

Fußreflexzonen Therapie

Die Fußreflexzonentherapie ist ein Heilverfahren, bei dem durch die Reizung von Nervenendpunkten am Fuß eine Wirkung in Form von Entspannung, Schmerzlinderung, und Krankheitsheilung auf den Gesamtorganismus erzielt wird.

Hot Stone Massage

Die Hot Stone Massage wird eingesetzt im Bereich körperlichen und seelischen Heilens. Mit Hilfe dieser faszinierenden Massagetechnik wird in kurzer Zeit eine tiefe körperliche und mentale Entspannung erreicht.

Kinesio Tape

Kinesio Taping ist nicht ausschließlich auf Muskel- und Gelenksbeschwerden beschränkt, sondern wird ebenso erfolgreich bei der Behandlung von Migräne, Ödemen, sowie beim unterstützenden und präventiven Einsatz im Sport angewendet.

McKenzie

Das McKenzie Konzept ist ein früh-aktives, prophylaktisch-therapeutisches Konzept mit dem Ziel der Verhütung von Rezidiven und Verhinderung von Chronifizierung.

Kurse

Body Shape

Es handelt sich um ein abwechslungsreich gestaltetes Ganzkörpertraining. Zu motivierender Musik werden gezielt die Hauptmuskelgruppe, die Koordination und die Ausdauer trainiert. Dehn- und Entspannungsübungen bilden den Abschluss einer Kurseinheit.

Schultergruppe

In unserer Schulterdehnungsgruppe lernen Sie die korrekte Durchführung von Dehnübungen, um der durch Schonhaltung verursachten, Verkürzung von Muskeln und Sehnen sowie Verklebung der Kapseln vorzubeugen.

Reha-Sport

Reha Sport stellt eine ergänzende Maßnahme zur medizinischen Rehabilitation dar. Die Kosten werden von der Krankenkasse / Rentenversicherung übernommen. Es wird die Leistungsfähigkeit, Ausdauer und Belastbarkeit der Teilnehmer verbessert.

Wirbelsäulengymnastik

Um Rückenschmerzen vorzubeugen oder zu lindern wird die Rumpfmuskulatur gezielt mit körpereigenem Gewicht gekräftigt und durch Koordinationsübungen stabilisiert. Dehn- und Entspannungsübungen runden den Kurs in kleinen Gruppen (max. 10 Teilnehmer) ab.

Allgemeine Information

Probetraining

Schnuppern Sie bei uns rein und vereinbaren Sie ein kostenloses Probetraining: **Tel.: 09131 – 218 33**

Karten und Abonnements

Zehnerkarten, Monatskarten und Abonnements zum Gesundheitstraining sind in Ihrem REHA POINT Erlangen erhältlich.

Gutscheine

Sie können sich aus unseren Angeboten einen individuellen Gutschein zusammenstellen um Ihren Freunden oder Verwandten eine Freude zu bereiten. Wir beraten Sie gerne.



FIT AUF DEN PUNKT.

Aktiv Point

Trainingsangebote

Unser Trainingsangebot reicht vom Gesundheits- und Erhaltungs-training an medizinischen Trainingsgeräten über Muskelaufbau für alle Muskelgruppen bis hin zum Cardiotraining und verschiedenen Kursangeboten.

Qionic Board

Innovatives Muskelkräftigungstraining - einzigartig in Erlangen! Ganzkörpertraining durch besonders sanfte biomechanische Stimulation der Muskelgruppen, aber auch der Rezeptoren in Haut, Gelenken und Bändern.

Der Trainingseffekt resultiert aus den Reaktionen des Körpers auf die herbeigeführte, natürlich-harmonische Bewegung. Somit ist das Qionic Board für die unterschiedlichsten, individuellen Bedürfnisse geeignet und erzielt spürbare Ergebnisse in kürzester Zeit.

Synchro-Zirkel

Das Training ist absolut gelenkschonend. Die intelligente synchro-Technik der Maschinen regelt die Trainingsbelastung so, dass sie in jeder Winkelstellung immer an die Leistungsfähigkeit der Muskeln angepasst ist. Auf diese Weise lässt sich eine unnachahmlich geschmeidige Bewegung erreichen.

Bei nur 2 Kraft-Trainingseinheiten pro Woche steigern Sie Ihre Vitalität und Gesundheit. Nach ca. 12 Minuten ist das Training mit nur einem Durchgang absolviert.

Alle bei uns vorhandenen Trainingsmöglichkeiten können einzeln genutzt oder speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt miteinander kombiniert werden.

Das Reha Point Team

Mit unserer langjährigen Erfahrung betreuen und behandeln wir Sie kompetent und entwickeln für Sie ein individuelles Behandlungsprogramm. Besuchen Sie uns und lernen Sie Ihr Reha Point Team in Erlangen kennen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



Kontakt

REHA POINT Erlangen
Praxis für Physiotherapie
E. Göttfert & S. Plößl

Nägelsbachstr. 25b . 91052 Erlangen
Tel.: 09131 – 218 33
Fax: 09131 – 201 831

info@reha-point-erlangen.de
www.reha-point-erlangen.de

Öffnungszeiten

Montag - Donnerstag
Freitag
Samstag

8 - 20 Uhr
8 - 18 Uhr
nach Vereinbarung