

PRÄVENTION

- **Wirbelsäulengymnastik/Rückenschule**
individuelle Rücken- und Bauchübungen
- **Feldenkrais/Wahrnehmung**
Bewegungen bewusst erleben
- **Pilates**
Training der tiefliegenden Muskulatur für eine bessere Haltung
- **Säuglings- und Kindersport**
- **Osteoporose-Gymnastik**
Senior/in sein und trotzdem fit
- **Yoga**

Volle Kostenerstattung durch die gesetzlichen Krankenkassen möglich. Bitte informieren Sie sich zuvor bei Ihrer Krankenkasse.

Informationen zu den aktuellen Kurszeiten, zu Gruppenzeiten, Preisen und Terminen erhalten sie an unserer Rezeption.



VEREIN Reha-Fit e.V.

WIR SORGEN FÜR IHRE BEWEGUNG

- **Funktionstraining**
- **Rehabilitationssport**

Bewegung, Sport und Entspannung im individuellen Training oder in der Gruppe.

Der Verein Reha Fit e. V. wurde im Januar 2000 in der Stadt Brandenburg an der Havel gegründet. Er bietet seit jeher Sport- und Bewegungsmöglichkeiten in unterschiedlichen Formen an. Ein eingespieltes Team von ausgebildeten Übungsleitern und Therapeuten bildet die Basis für die erfolgreiche Betreuung der vielzähligen Individualsportler und Sportgruppen.

Gemäß § 44 SGB IX übernehmen die Kostenträger das regelmäßige, wöchentlich stattfindende Training in Gruppen für ein bis drei Jahre, wenn eine ärztliche Verordnung (s. Muster 56) vorliegt.



Physiotherapie · Rehabilitation
Prävention · Wellness
Rehasport & Funktionstraining



PROMNITZ

Zinnaer Vorstadt 74
14913 Jüterbog
Tel 0 33 72 / 40 06 71
Mail jueterbog@promnitz.de

Weitere Standorte und umfangreichere Informationen unter www.promnitz.de



Entdecken Sie uns [f](#) [v](#) [i](#) [o](#)

PHYSIOTHERAPIE

KRANKENGYMNASTIK

- **Bobath** für Erwachsene und Kinder bei zentralen Störungen, z. B. Hemiplegie oder Entwicklungsverzögerung
- **Brügger**
Auffinden von funktionellen Störungen
- **Janda**
sensomotorische Faszilitation
- **Mulligan**
manuelle Therapie und aktive Mitarbeit
- **Dorn**
sanfte Wirbelsäulentherapie*
- **Schlingentisch**
Bewegung unter Zug/Entlastung der Wirbelsäule



MANUELLE THERAPIE

- **Gelenkmobilisation**
- **Weichteiltechnik**
- **CMD**
Behandlung des Kiefers und der Kaumuskulatur

PHYSIKALISCHE THERAPIE

- **Lymphdrainagen**
- Ödemtherapie zur Entstauung
- **Elektrotherapie**
zum Lösen von Schmerzen und Verspannungen;
zur besseren Durchblutung:
- Galvanisation, Schwellstrom, Diadyn u.a.
- Interferenzstrom, TENS etc.
- Ultraschall
- **Fango-Packungen**
Naturpeloide mit 50° C Wärme lösen
Verspannungen
- **Eispackungen**
als Kryo-Pack oder Eisabreibung zur
Schmerzlinderung
- **Kinesio-Tape**

Alle unsere Leistungen sind als anerkannte Kassenleistung mit ärztlicher Heilmittelverordnung und einer von der Kasse festgelegten Zuzahlung des Patienten oder als (*) Privatleistung mit Honorarvereinbarung oder als Gutschein zu erhalten.

MEDIZINISCHE MASSAGEN

- **Klassische Massage**
bei Verspannungen
- **Bindegewebsmassage**
das Bindegewebe als Reflexorgan
- **Periost-, Colonmassage**
die Knochenhaut, die Stoffwechsellanregung
- **Fußreflexzonenmassage***
Organ- und Energiebeeinflussung
- **Zentrifugalmassage***
Befreiung der Schulter
- **Segmentmassage**
vom Wurzelgebiet in alle Abschnitte



WELLNESS

ENTSPANNUNGSMASSAGEN

- **Aroma-Öl-Massagen***
ätherische Öle erhöhen die Wirkung
- **Hot Stone***
Behandlung mit heißen Lava-Steinen
- **Lomi Lomi**
hawaiianische Massage für Körper und Seele