

Falls der Rücken streikt



Professionelle Rückenanalyse + gezielter Trainingsplan = Rückenfit! Mit dem Rücken-System „Torso-Check“:

Probleme mit dem Rücken? Immer wiederkehrende Schmerzen? Zeit, um in die Limes-Therme zu kommen. Mit dem „Torso-Check“ erstellen wir eine professionelle Rückenanalyse und legen einen Trainingsplan für Sie fest. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Rumpfmuskulatur stärken können. Sie erhalten eine individuelle Bewertung der Kraft- und Balancezustände Ihrer Rumpfmuskulatur. So können Sie Stärken und Schwächen erkennen. Auch wenn wir eine computergesteuerte Möglichkeit bieten, Ursachen für Rückenprobleme zu erkennen, so raten wir, gerade bei Schmerzen, den Facharzt oder Hausarzt aufzusuchen!

Rumpfkraftmessung:

Es wird eine Kraftmessung des Rumpfes durchgeführt und dokumentiert. Termin vereinbaren. Dauer: 20 Minuten, 30,- €.

Startpaket Gerätetraining inkl. Rumpfkraftmessung:

Patientenanamnese (bei ärztlichen Verordnungen und bei Gerätetraining) inkl. Therapieplan mit individueller Vitality-Chip-karte. Einweisung in die Gerätebenutzung sowie Festlegung der Therapie- und Trainingsvorgaben. Terminanmeldung ist erforderlich. Dauer: 60 Minuten, 45,- €.



Limes-Therme
Am Brunnenforum 1, 93333 Bad Gögging
Telefon: 09445 2009-14
info@limes-therme.de
www.limes-therme.de

Stand: 03/2017 | Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

Aktiv gesund werden und vital bleiben

Spürbar gesünder
und messbar besser.



www.limes-therme.de

Das neue Therapie- und Präventionscenter der Limes-Therme



Gezielte Krankengymnastik an modernsten, computergesteuerten Geräten.

Sie kommen mit einer ärztlichen Verordnung „Gerätegestützte Krankengymnastik“ in die Limes-Therme. Nach einem persönlichen Gespräch mit unseren Spezialisten und einer genauen Analyse Ihrer Erkrankung oder Ihrer Beschwerden erstellen wir für Sie einen konkreten Therapieplan. Unter therapeutischer Aufsicht wird dieser gezielt durchgeführt. Der Therapieplan ist auf Ihrer persönlichen Chipkarte gespeichert. Bei jedem Gerät kommt diese Chipkarte zum Einsatz. Am Ende der Behandlung können Sie Ihre Übungen einsehen und kontrollieren. Und das Beste daran: Sie sehen an der Geräteanzeige sofort die Trainingsfortschritte. Schritt für Schritt und Übung für Übung kann es wieder aufwärts gehen.

Die Behandlungen können sowohl auf Basis einer Verordnung der gesetzlichen Krankenkasse als auch auf Privatrezept (s. Privatpreislise) erfolgen.

Ein „Torso-Check“ (Rumpfkraftmessung) ist empfehlenswert.



An den modernsten Geräten trainieren mit Profiunterstützung.

Regelmäßig trainieren, und zwar richtig! Das ist die beste Methode, um die Gesundheit und Körperbeweglichkeit aufzubauen und zu erhalten. Profitieren Sie von den Tipps und Tricks unserer Profitrainer. Fitness + Vitalität = Gesundheit. Sie trainieren an intelligenten High-tech-Geräten der neuesten Generation von ERGO-FIT. Ihre Trainingseinheiten werden dabei ganz individuell über Ihre persönliche Chipkarte gesteuert. So haben Sie immer die Kontrolle über Ihre aktuelle und bisherige Trainingsleistung und sehen anhand Ihrer persönlichen Daten die Trainingsfortschritte.

Sie haben die Wahl:

Einzelanwendung	55 Minuten	15 €
-----------------	------------	------

Grundsätzlich sinnvoll: Startpaket inkl. Torso-Check (Rumpfkraftmessung), s. Seite 4

Nutzen Sie die Wertkartenvorteile:

Kaufpreis Wertkarte	Rabatt
100 €	10 %
250 €	15 %
500 €	20 %

Grundsätzlich sinnvoll: Startpaket inkl. Torso-Check (Rumpfkraftmessung), s. Seite 4

Wir empfehlen im Vorfeld bei uns einen Torso-Check zur Rumpfkraftmessung der Rücken- und Rumpfmuskulatur durchzuführen. Diese Messung bildet die Basis für eine gezielte Therapie und zur Erarbeitung eines individuellen Trainingsprogramms.