

# Auszug aus unserem Therapieangebot

## ■ Manuelle Therapie

- Behandlung von Funktionsstörungen des Bewegungsapparates
- Beseitigung von Schmerzen und Bewegungsstörungen

## ■ Massage

- lokale Wirkung auf die Haut und die darunter liegende Muskulatur
- Anregung des Stoffwechsels (Friktionsmassage)

## ■ Lymphdrainage

- Abführung von Gewebeflüssigkeit aus dem Zellzwischenraum (Interstitium)
- Ödem- und Entstauungstherapie nach Verletzungen und Operationen

## ■ Kiefergelenkbehandlung (CMD)

- Korrektur der Körperhaltung und -statik
- Kräftigung und Entspannung der Muskulatur

## ■ Medi-Taping

- Schmerzlinderung und Bewegungsverbesserung durch Unterstützung der Muskelfunktion
- Aktivierung des Lymphsystems

## ■ Rückenschule

- Stärkung aller relevanten Muskelgruppen
- Förderung von Beweglichkeit und Koordination

## ■ Pilates

- Optimierung von Kondition, Bewegungskoordination und Haltung
- Stärkung von Bauch-, Rücken- Beckenboden- und Beinmuskulatur

Wir sind gerne für Sie da!



Wellinghofer Amtsstraße 33  
44265 Dortmund  
Tel. 0231 29 27 80 - 25  
Fax 0231 29 27 80 - 10  
mail@praevent-physio.de



**GANZHEITLICH  
&  
INDIVIDUELL**

**Physiotherapie im Prävent Centrum**





*Liebe Patientin,  
lieber Patient!*

*In unserer modernen physiotherapeutischen Privatpraxis bieten wir Ihnen ein breites Therapieangebot, das von der klassischen Massage bzw. Lymphdrainage über Kiefergelenkbehandlung bis hin zu Rückenschule oder Pilates reicht.*

*Bei zahlreichen Krankheitsbildern sind begleitend zur ärztlichen Behandlung physiotherapeutische Maßnahmen von zentraler Bedeutung, um den Erfolg langfristig zu sichern. Eins von vielen Beispielen hierfür ist das Faszientraining bei der Behandlung eines myofaszialen Schmerzsyndroms. Ein guter Faszienzustand bietet langfristig Schutz vor Verletzungen, Schmerzen und Störungen und ist damit auch ein wichtiger präventiver Ansatz. Moderne Verfahren wie Übungen mit der Blackroll®, die auch zahlreiche Hochleistungssportler in ihren Alltag einbauen, haben sich bewährt, um Elastizität, Flexibilität und Leistungsfähigkeit der Muskulatur zu erhalten.*

*Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Wenn Sie Fragen oder Wünsche haben, stehen mein Team und ich Ihnen immer gerne zur Verfügung.*

*Herzlichst Ihre*

*Rita Flbbe*

## Individualität statt Uniformität

### Moderne Räumlichkeiten

Sie sollen sich bei uns nicht nur gut betreut, sondern auch rundum wohl fühlen. Mit unseren modernen und freundlichen Räumen haben wir eine Atmosphäre geschaffen, in der das gelingt.

### Persönliche Betreuung

Ein Einzeltraining oder ein Training in sehr kleinen Gruppen ist im Vergleich zur ansonsten üblichen Gruppengröße von 10 bis 15 Personen deutlich angenehmer, aber auch effektiver. Während der gesamten Dauer werden Sie durch „Ihren“ Therapeuten betreut, der Sie jederzeit individuell anleitet und bei Bedarf korrigieren kann.

### Geschulte Therapeuten

Eine permanente Fort- und Weiterbildung unsere Mitarbeiter stellt sicher, dass sich sämtliche Behandlungen stets an den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen orientieren.

### Ganzheitlicher Ansatz

Bei Prävent Physio kombinieren wir die klassische Physiotherapie mit der ganzheitlichen Methode der Applied Kinesiology (AK). Durch spezielle Muskeltests kann der geschulte Therapeut die Ursache Ihrer Beschwerden ermitteln und die geeignete Therapieform wählen.

### Individuelle Therapie

Mit unserem breiten therapeutischen Spektrum können wir auf unterschiedlichste Erkrankungen und Beschwerdebilder reagieren und Ihnen die für Sie individuell optimale Therapie anbieten. Unser Ziel ist es, eine dauerhafte Verbesserung Ihre Beschwerden zu erreichen. Ein wesentlicher Schwerpunkt unserer Arbeit liegt zudem im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung.

