



Physiotherapie+Coaching

Krankheitskosten senken und Motivation steigern:

Physiotherapie+Coaching ist eine ganzheitliche und ganzkörperliche Methode, Ihre Leistungsfähigkeit und Motivation zu stärken.

Fachgerecht wird Physiotherapeut Ludwig Fischer als Grundlage Ihrer Behandlung eine ausführliche Anamnese und Eingangsuntersuchung vornehmen. Aus den Ergebnissen werden Ihre individuellen Therapieziele, Beschwerden oder persönliche Behandlungswünsche ermittelt.

Ein speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmter Trainingsplan enthält sowohl präventive als auch rehabilitative Elemente.

Damit decken Sie alle Sportmotorischen Grundeigenschaften ab: Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination. Die Übungen können sowohl vor Ort oder auch im Heimtraining praktiziert werden.

Atemtherapie oder Autogenes Training helfen Ihnen, in einem stressigen Alltag zur Ruhe zu kommen und unterstützen klares Denken. Progressive Muskelentspannung lenkt Ihr Augenmerk auf bewusste Körperwahrnehmung.

Manuelle Techniken und Massagen lösen Verspannungen, die oft Grundlagen für Schmerzen, Bewegungseinschränkungen und Fehlhaltungen sind. Mit Neurophysiologischen Bewegungskonzepten kann das Zusammenspiel von unterschiedlichen Körpersegmenten, Muskulatur und nervlicher Ansteuerung erlernt, gestärkt und verbessert werden.

Abgerundet wird das Gesundheitskonzept durch dazu passende Coaching-Einheiten, die Ihre mentale und emotionale Konditionierung aufbauen und stärken.

Mit sofort praktisch anwendbaren Tipps und Methoden lernen Sie neue Wege im Umgang mit Stressfaktoren oder Konflikten kennen, Zeitmanagement, Selbstorganisation sowie Zielfindung und Motivation.

Physiotherapie+Coaching

Neue Wege zu mehr Unternehmensgesundheit

Entdecken Sie neue Ressourcen und Möglichkeiten für sich und Ihre persönliche Weiterentwicklung. Hier tanken Sie neues Wissen, Erholung und Energie.

Jede Firma ist anders:

Selbstverständlich agieren wir flexibel hinsichtlich Ihrer Mitarbeiterstruktur, Schwerpunkt und zeitlichem Budget, zum Beispiel eine Staffelung (auch preislich) je nach Mitarbeiterzahl oder eine Pool-Lösung, bei der Sie unkompliziert wählen und verteilen können.

Kontaktieren Sie uns - wir erstellen Ihnen ein individuelles Konzept.

Fördermöglichkeiten vom Staat:

Haben Sie bereits die Corona-Hilfe für Mitarbeiter voll ausgenutzt? Je Mitarbeiter besteht die Fördermöglichkeit von 1.500 € in Form von steuerfreien zusätzlichen Leistungen bis 30.06.2021.

Begleitschreiben für Ihren Hausarzt:

Für Behandlungen auf Rezept erstellen wir für Sie Begleitschreiben für Ihren Hausarzt, das Ihre Behandlung im Rahmen der Arbeitsgesundheit auf medizinisch und rechtlich sichere Beine stellt.

Fitnessparcours

In dieser intelligenten Kombination erreichen Sie sowohl Entspannung als auch neue Energie, Stärke und Motivation.

Bei unserem innovativen Fitnessparcours können Sie aus verschiedenen Modulen wählen. Jedes Modul setzt sich aus ca. 20 Minuten Physiotherapie und ca. 20 Minuten Coaching zusammen, insgesamt also je 40-45 Minuten. Wir trainieren Sie dabei umfassend auf allen 3 Ebenen: körperlich, geistig und emotional.

- 1 Lockern, lösen, nächste Schritte planen**
kleine Meilensteine bringen Übersicht und Ergebniskontrolle
- 2 Stressabbau und Ruhe finden**
meinen persönlichen Reset-Knopf drücken
- 3 Aktivität und neue Ressourcen wecken**
Körper im Lot und Kopf frei
- 4 Stretching und Stimme**
kraftvolle Bänder
- 5 Cool down und Fokussierung**
was ist Jetzt wesentlich und effektiv
- 6 Haltung und Beweglichkeit**
Einstellung und Flexibilität
- 7 Kraftaufbau und starke Gedanken**
- 8 Frust-Last ablegen**
und frische Begeisterung finden
- 9 Mit festem Stand –**
in Körper und Geist
- 10 Rückenschule –**
präventiv und kurativ

STARTEN SIE IHRE 2 WEGE ZU MEHR UNTERNEHMENSGESUNDHEIT JETZT
UND KONTAKTIEREN SIE UNS - WIR FREUEN UNS AUF SIE!