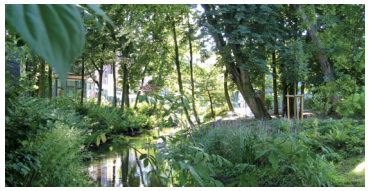


# *Medical Wellness*

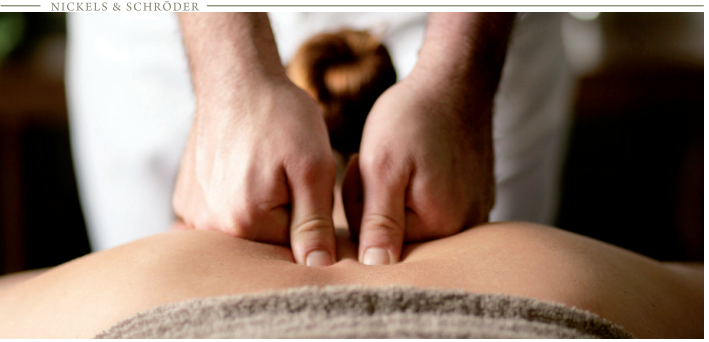
*Exklusive Wellnessanwendungen auf anspruchsvollem Niveau*

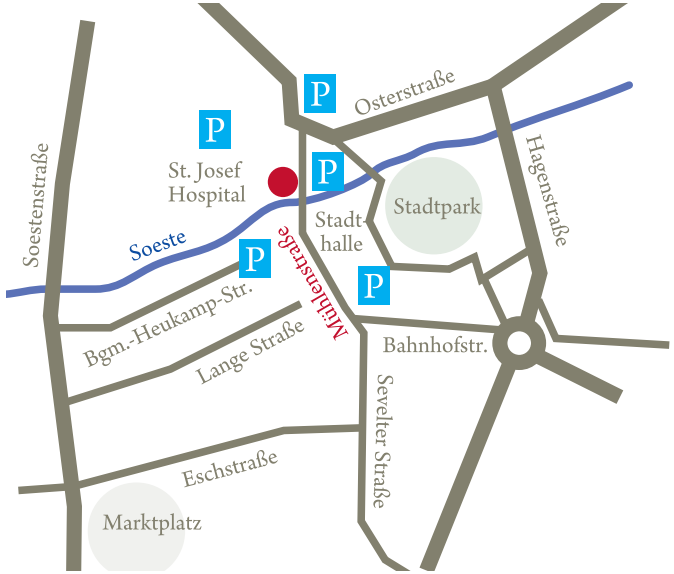
Entdecken Sie die Vielfalt von speziellen Behandlungstechniken für Ihr individuelles Wohlbefinden und ein verbessertes Körperbewusstsein. Erreichen Sie Ausgewogenheit und mehr Lebensqualität durch eine höhere Leistungsfähigkeit. Unsere Wellnessangebote umfassen therapeutisch fundierte spezielle Techniken, die wir Ihnen als exklusive, anspruchsvolle Körperbehandlungen anbieten.
Nach den Anwendungen gönnen Sie sich die Muße, im ästhetisch gestalteten Behandlungsraum nachzuruhen.

Anwendungen:

- **Somalance Massage**
  therapeutisch fundiertes Massageerlebnis
- **Theramalance Massage**
  intensive Entspannung von Körper & Geist
- **Gesichtsmassage**
  für eine entspannte Ausstrahlung
- **Hand- & Fussmassage**
  intensive Pflege & Entspannung

NICKELS & SCHRÖDER






**PhysioPortal an der Soeste**
**Alexander Nickels & Mareike Schröder**
Fußgängerzone · Mühlenstraße 27
49661 Cloppenburg
Tel. 0 44 71 / 958 22 33
Fax 0 44 71 / 958 22 35
E-Mail: info@physio-portal.de

**Öffnungszeiten:**
Mo. - Fr. 8.00 bis 18.00 Uhr
Termine nach Vereinbarung

NICKELS & SCHRÖDER

# PHYSIO PORTAL

AN DER SOESTE

- Physiotherapie
- Rehabilitation
- Med. Massagen
- Krankengymnastik
- Sportphysiotherapie
- Medical Wellness

*www.physio-portal.de*

# Rehab

## *So sportlich kann Medizin sein*

Das PhysioPortals an der Soeste beinhaltet neben Sports und Medical Wellness die Physiotherapie als Herzstück. Mit professioneller und medizinisch fundierter Betreuung begleiten wir Sie durch unser gesamtes physiotherapeutisches Angebot.

In unserer Praxis sind wir spezialisiert auf:

- spezielle Krankengymnastik
- manuelle Therapie
- Atlastherapie
- Craniosakrale Therapie
- Craniomandibuläre-Dysfunktion, CMD
- Lymphdrainagen
- osteopathische und viscerale Techniken
- Sportphysiotherapie
- Triggerpointtherapie
- Kinesio Taping
- Behandlung akuter/chronischer Schmerzsympthomatiken
- Nachbehandlung von Unfällen/Unfallfolgen/orthopädischen Operationen, auch berufsgenossenschaftliche Nachbehandlung
- Schmerztherapie/TENS
- Gerätetraining mit Verordnung (medizinische Trainingstherapie)
- Ausarbeitung von präventiven Trainingsplänen an medizinisch zugelassenen Kraft- und Ausdauergeräten

### *Physiotherapie:*

Die gezielte Behandlung erfolgt in enger Kooperation mit Ihren behandelnden Haus- und Fachärzten und wird an Ihren individuellen Bedarf angepasst.
Unser Ziel ist die Wiederherstellung von gesunden Bewegungsmustern sowie das Wiedererlangen der Schmerzfreihiet bzw. die deutliche Linderung der Symptomatik.
Die Physiotherapie kann durch ein spezifisches Training perfekt ergänzt werden.

### *Medizinische Massagen:*

Je nach Indikation und Ziel wenden wir verschiedene Bindegewebstechniken, sanfte Ausstreichungen oder punktuelle Schmerzbehandlungen sowie spezielle Techniken aus der traditionellen chinesischen Medizin an. Ziele sind die langfristige Schmerzlinderung, ein verbessertes Körperbewusstsein, Ausgewogenheit und dadurch mehr Lebensqualität.
Nach der Therapie können Sie mit entsprechender Wärmeanwendung nachhaltig entspannen und die Behandlung ausklingen lassen.
Als weiterführendes Angebot bieten wir Ihnen ein individuelles Sportprogramm bzw. Therapiekonzept.

### *Krankengymnastik am Gerät/MTT:*

Nach einer ausführlichen Analyse erstellen wir Ihren individuellen Trainingsplan unter medizinischen Gesichtspunkten.
Funktionelle Bewegungsabläufe, Tätigkeiten und Abläufe im täglichen Leben sowie die Leistungsfähigkeit werden nachhaltig verbessert.
Anwendungsgebiete:

- muskuläres Ungleichgewicht
- Schmerzsymptomatiken aufgrund muskulärer Fehlbelastung
- Osteoporose
- muskuläre Defizite in Folge von Verletzungen, Operationen oder Schmerzen
- Stärkung der Rumpfmuskulatur z. B. nach Bandscheibenvorfällen
- Rehabilitation nach Operationen wie z. B. Hüft-, Knie- oder Schulter-TEP

### *Sportphysiotherapie:*

Wenn Sie Sport ausüben, wissen Sie, wie schwer es ist, die individuelle Leistung auszuweiten oder nach Verletzungen sowie Überlastungen zurück zur alten Form zu gelangen. Unser Team entwickelt ein entsprechendes Sportprogramm für Sie.
Wir bieten:

- medizinisches Aufbautraining nach Verletzungen/Erkrankungen
- Core-Training
- sportspezifisches Training für Golf-, Tennis-, Fußball-, Handballspieler, Reiter etc.
- Kraftaufbautherapie
- Kinesio Taping
- sportspezifische Ernährungsberatung

# Sports

## *So gesund erhaltend und ausgewogen kann Sport sein*

### *Personal Training/Coaching:*

Das Personal Training ist die vollkommenste Form der Betreuung.
Je nach Bedarf – vom klassischen Krafttraining/Sportraining mit unseren Physiotherapeuten bis zum individuellen Training mit unseren Experten.
Die lückenlose Begleitung der Einheiten vermeidet Fehlbelastungen und fördert das persönliche Optimum des verfolgten Zieles.

### *Gerätetraining:*

Im Vordergrund stehen Sie und eine auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnittene Trainingsdurchführung.
Professionelle Erfolgskontrolle durch:

- ausführlichen medizinischen Gesundheitscheck inkl. computergestützter Kraftmessung bei Neuaufnahme
- alle 3 Monate Re-Checks und Statusanpassung des Trainingsplans
- Diagnostik, Steuerung und Aufzeichnung des Trainings auf Ihrer persönlichen Chipkarte

### *Pilates:*

Die Pilates-Methode ist ein anspruchsvolles Trainingsprogramm, das sanfte Bewegungen mit spezieller Atemtechnik, Kraft, Balance, Koordination und Dehnung kombiniert.
Pilates kann in jedem Alter durchgeführt werden. Haltung und Körperform verbessern sich dabei zusehends. Gleichzeitig wird die Psyche gestärkt.