

Liebe Patienten, Gäste und Interessenten,

herzlich heiße ich Sie - auch im Namen meines Teams - bei uns in der Praxis willkommen!

Seit nunmehr 18 Jahren ist es unser Anspruch, Ihnen in Ihren Anliegen stets freundlich, kompetent und zuverlässig zu begegnen. Wir hoffen, dies auch mit der Ihnen vorliegenden Information zum **Präventiven GENIUS Rückentraining** zu tun. Sprechen Sie uns an! Wir beraten Sie gerne, auch zu unserem weiteren Praxisangebot.



Zudem freuen wir uns über jede kritische und konstruktive Anregung von Ihnen, denn auch wir sind leider nicht immer perfekt und lernen stets dazu!

Denn: Unser Einsatz gilt Ihrer Gesundheit!

Es grüßt Sie herzlich, Ihre

Praxis für Physiotherapie Sandra Raab
Hindemithstraße 29
55127 Mainz-Lerchenberg

Telefon (06131) 75 74
www.physio-raab.de
info@physio-raab.de



Physiotherapie ...

und mehr! Unser Angebot umfasst ...

... in der Physiotherapie

klassische **Krankengymnastik**,
auch auf neurophysiologischer Grundlage und
am Gerät (KG-Gerät)

... an neurologischen Behandlungsformen

Propriozeptive **Neuromuskuläre Fazilitation**
Vojta Therapie auch für **Säuglinge und Kinder**

... an weiteren physikalischen Therapieformen

Manuelle Therapie
Manuelle Lymphdrainage
Medizinische **Massagen**
Fango
Kältetherapie
Wärmetherapie
Extensionstherapie

... ein breites Portfolio zur Prävention

Präventives **GENIUS Rückentraining**
Neue Rückenschule nach KddR
Medizinisches **Fitnessstraining am Gerät**

Auf Anfrage führen wir auch **Hausbesuche** durch.

Verordnungen rechnen wir **privat sowie mit allen gesetzlichen Krankenkassen** ab.

Termine nur nach Vereinbarung.

Praxis für Physiotherapie Sandra Raab
Hindemithstraße 29
55127 Mainz-Lerchenberg
Telefon (06131) 75 74

GENIUS Rückentraining



**Ein gesunder Rücken
schenkt Lebensqualität!**

Welches Training ist schon ...

effektiv

begleitet

kommunikativ

für jeden geeignet

schonend

individuell

subventioniert

sicher

... und zwar alles zugleich ?



Das Präventive GENIUS Rückentraining!

Das Konzept im Detail

Das Präventive Genius Rückentraining am Gerät ist eine auf einander abgestimmte Verbindung aus Gerätetraining und funktionellen Übungen. Unsere erfahrenen Therapeuten begleiten

Sie in kleinen Gruppen durch ein abwechslungsreiches Übungsprogramm. Hierbei kommen auch unsere medizinischen Trainings- und Analysegeräte zum Einsatz, deren patentiertes Widerstandssystem eine Über- oder Fehlbelastung des Trainierenden praktisch ausschließt. Das Training ist daher für jede Altersgruppe und insbesondere für Schmerzpatienten, ältere oder auch adipöse Trainierende geeignet. **Dieses sichere und gesunde Trainingskonzept ist in Mainz bisher einzigartig!**



Bevor es mit dem Training losgeht, machen wir Sie mit unseren Geräten vertraut und stellen sie auf Ihre Körpermaße ein. Das ist für Sie kostenlos! Der Clou: Unsere Geräte stellen sich beim Training wieder automatisch auf Sie ein und mit nur wenigen Handgriffen sind Sie startklar und können sofort loslegen.

Optional bieten wir Ihnen mit unserem **Analysepaket** auch die Möglichkeit, Ihren Trainingsstatus vor und nach dem Kurs von uns messen zu lassen. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!



Das Kleingedruckte

Dauer und Frequenz: Ein Kurs erstreckt sich über 10 Termine. Eine Trainingseinheit dauert 60 Minuten. Trainiert wird einmal pro Woche.

Kurstermine: Das Kursangebot richtet sich nach der Anzahl angemeldeter Kursteilnehmer. Erfragen Sie bitte unser derzeitiges Terminangebot.

Gruppengröße und Teilnehmer: Die Kurse finden in kleinen Gruppen mit maximal 5-6 erwachsenen Trainierenden statt.

Kosten: Die Preise entnehmen Sie bitte unserer aktuellen Preisliste. Ihre gesetzliche Krankenkasse bezuschusst Ihre erfolgreiche Teilnahme mit bis zu 80%. Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

Profitieren sie gleich doppelt!

Mit dem Präventiven Genius Rückentraining können Sie nicht nur sich und Ihrem Körper etwas Gutes tun, Sie können auch noch durch die **Rückerstattung** eines beachtlichen Teils **der Kurskosten** durch Ihre Krankenkasse profitieren. Voraussetzung hierfür ist neben Ihrer Teilnahme ein besonderer Fortbildungsnachweis Ihres Therapeuten sowie dessen Zertifizierung bei der zentralen Prüfstelle Prävention. Alle unsere TrainerInnen erfüllen diese Voraussetzung.

ZENTRALE
PRÜFSTELLE
PRÄVENTION

Unser Tipp : Sprechen Sie vorab mit Ihrer Krankenkasse über die Höhe Ihrer Bezuschussung!