

RÜCKEN-FIT

Starke Muskulatur unterstützt unsere Wirbelsäule – Wir unterstützen Sie beim Training

Beginnen Sie mit dem ersten Schritt zur Beschwerdefreiheit:

Nutzen Sie die Vorteile des in Berlin und Brandenburg einzigartigen NORSK®-Therapiezentrums.

Auf der Grundlage neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse führt Sie unser innovatives computergestütztes Trainings- und Therapiekonzept NORSK® zu einer gesunden Haltung.

Unsere fünf Schritte für die Gesundheit Ihres Rückens

1. Anamnesegespräch
2. Maximalkrafttest der wirbelsäulen-spezifischen Muskulatur
3. Mobilitätsmessung
4. Auswertung der Analyse anhand des erstellten Profils

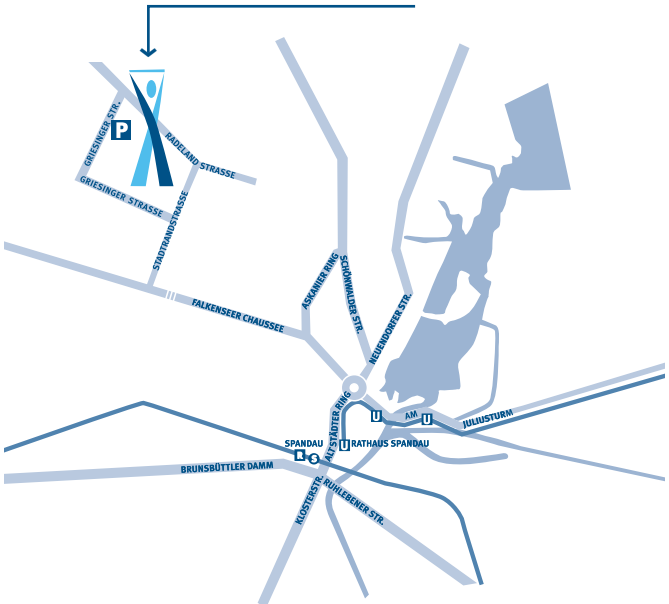
Unser Training

Das in der Analyse individuell auf Sie zugeschnittene Training beinhaltet:

- Computergestütztes Training für die Hauptbewegungen der Wirbelsäule
- Ergänzendes Ganzkörpertraining
- Mobilisation und Dehnung aller Muskelgruppen
- Schulung von Koordination und Körperwahrnehmung
- Physiotherapeutische Entspannungsmassage (Zusatzleistung: siehe Preisliste; Terminabstimmung notwendig)

Analyse und Einweisung: 90 €

10er-Karte: 100 €



KONTAKT

Sport- und Rehazentrum Berlin
Stadtrandstraße 555
13589 Berlin

Um Voranmeldung wird gebeten

Tel.: 030/3702-29025

030/3702-29026

Fax: 030/3702-29027

E-Mail: info.srz@sport-rehazentrum-berlin.de

Internet: www.sport-rehazentrum-berlin.de