



# Ihr Rücken ist unsere Stärke

## Medizinisches Training



Im Medizinischen Training erkennt und behandelt man die Defizite des Bewegungsapparates. Im Medizinischen Training werden Ihre vorhandenen Beeinträchtigungen berücksichtigt. Die spezifischen Fachkenntnisse Ihres Coaches machen es möglich, trotz Einschränkungen und Schmerzen die betroffenen Strukturen miteinzubeziehen.

Medizinisches Training hat zum Ziel und als Inhalt, die Gesundheit Ihres Bewegungsapparates wieder herzustellen; d.h. seine Funktionstüchtigkeit zu gewährleisten.

Medizinisches Training orientiert sich an der Diagnose und/oder an der Gesamtbeurteilung Ihres Befindens.

Die anfängliche von uns vorgenommene Standortbestimmung und Bestandsaufnahme ist eine wichtige Voraussetzung für das weitere Vorgehen. Bringen Sie evtl. vorhandene Arztberichte, Röntgen-, MRI-Aufnahmen bitte mit. Wir betreuen Sie während des drauffolgenden Trainings, d.h. kontrollieren die Ausführung der Übungen und passen sie fortlaufend an, steigern die Intensitätsstufe oder setzen sie herab, setzen neue Übungen ein – je nachdem was die Situation erfordert.

Wir schulen Sie zum Thema „Trainingslehre“, damit Sie verstehen und lernen, mit Ihren Beeinträchtigungen umzugehen.

„Es gibt nicht Gutes – ausser man tut es!“ (Erich Kästner)

### Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do, Fr: 7.30 – 20.00 Uhr

Mi: 7.30 – 12.30 Uhr und 14.00 – 20.00 Uhr

Sa: 8.30 – 12.00 Uhr

Rücken | Trainings | Center

Bahnhof SBB, Seestrasse 2, 3600 Thun

033 221 03 50

[www.rtc-thun.ch](http://www.rtc-thun.ch)