

PHILOSOPHIE

Was hinter unserem Konzept steckt.

WAS UNS ANTREIBT Die Förderung von Gesundheit und die Steigerung der Lebensqualität unserer Kunden. Dies wollen wir durch Innovation, modernste Technik und die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse, aber auch durch Empathie, Menschlichkeit und Freude an Bewegung erreichen.

WIE WIR BERATEN Gern beraten wir Sie ausführlich und natürlich kostenfrei. In unserer Sprechstunde informieren wir Sie umfangreich und ganz persönlich über unsere Angebote. Wir besprechen mit Ihnen die Therapie- und Trainingsmöglichkeiten und prüfen, ob und in welchem Umfang sich Ihre Krankenkasse an den Maßnahmen beteiligt. Für ein Beratungsgespräch vereinbaren Sie einfach telefonisch einen Termin.



KÖRPERGEFÜHL

Wenn der Körper aus der Balance ist.

PHYSIOTHERAPIE Akute Schmerzen oder Verletzungen werden bei uns mit physiotherapeutischen Maßnahmen behandelt. Mit Krankengymnastik, manueller Therapie, Massagen, Wärme- und Kältebehandlungen, sowie krankengymnastischem Gerätetraining behandeln wir funktionelle Störungen des gesamten Bewegungsapparates.

3D-TRAINING Eine gute Körperhaltung ist unabdingbar für eine gesunde Wirbelsäule. Rückenschmerzen ohne erkennbare Ursache sind sowohl eine Folge individueller Koordinationsdefizite, als auch Störungen der eigenen Körperwahrnehmung im Zusammenhang mit fehlender Muskelkraft. Der Spacecurl ist weltweit das einzige 3-dimensionale Therapiesystem für die Rumpfmuskulatur, das koordinative Aspekte beinhaltet. Die gleichzeitige Wirkung auf alle Rumpfmuskeln ist ein wesentlicher Unterschied gegenüber anderen Trainingstherapien. Es stellt somit eine sinnvolle Ergänzung zu rein kräftigenden Therapien dar.



TRAINING 2.0

Rückentherapie oder Training – gemeinsam finden wir es heraus.

FPZ THERAPIE Die FPZ Therapie ist eine analyse- und gerätegestützte Therapie für Patienten mit chronischen oder wiederkehrenden Rücken- und/oder Nackenschmerzen. Bei 93,5% der Teilnehmer verbessern sich die vorhandenen Beschwerden. Jeder zweite erlangt völlige Beschwerdefreiheit. **Analyse** Die Stärken und Schwächen im Muskelkorsett der Wirbelsäule lassen sich exakt bestimmen. Es entsteht ein vollständiges biomechanisches Profil Ihrer Wirbelsäule. Dieses Profil bestimmt den Umfang, die Dauer und die Häufigkeit der Therapie.

Die **Therapie** erfolgt ausschließlich unter der ständigen Kontrolle speziell ausgebildeter Therapeuten. Im Aufbauprogramm werden sämtliche Defizite beseitigt. Ein anschließendes Erhaltungsprogramm sichert die dauerhafte Stabilisierung. Jede einzelne Therapieeinheit wird individuell für Sie geplant. Sie trainieren nie ohne Therapeuten.

SYNCHRO KRAFTTRAINING Bei Fitnessstudio denken die meisten an Bodybuilder, schwere Gewichte und das Klappern und Scheppern von Hantelscheiben. Dass es auch anders geht, zeigt das Training an unseren innovativen Geräten der synchro-line. Die Geräte ermöglichen ein völlig neues Trainingserlebnis, das zukunftsweisende Technik und genialen Bedienkomfort kombiniert. Die Geräte stellen sich vollautomatisch auf Ihre persönlichen Werte ein. Auf einer Chipkarte werden alle individuellen Einstellungen bei der ersten Einweisung vom Trainer erfasst und abgespeichert. Die intelligente synchro-Technik der Maschinen regelt die Trainingsbelastung so, dass sie immer an die Leistungsfähigkeit der Muskeln angepasst ist. Das Training ist dadurch absolut gelenkschonend und somit auch für Menschen mit Beschwerden geeignet.



Seit 2016 dürfen wir Sie auch in unserem neuen Trainingszentrum „Dein360GRAD“ begrüßen. Informieren Sie sich über unsere Angebote rund um Therapie und Training. Erleben Sie eine moderne Rückentherapie und ein innovatives Trainingskonzept.

WIR BIETEN RÜCKHALT.

IHR WEG ZU UNS:



360GRAD Rückenzentrum Main-Taunus GmbH
:: Ginnheimer Straße 4
:: 65760 Eschborn
:: T +49 (0) 6196.202 42 64
:: F +49 (0) 6196.202 42 65
:: E-mail: info@360grad-maintaunus.de
:: www.360grad-maintaunus.de

**GESUND TRAINIEREN.
SCHMERZEN REDUZIEREN.
WIR BIETEN RÜCKHALT.**



**GESUND TRAINIEREN.
SCHMERZEN REDUZIEREN.**

Das 360GRAD Rückenzentrum Main-Taunus steht Ihnen seit 2009 als zuverlässiger Partner für die Rückenschmerztherapie in Eschborn zur Verfügung.