



Evangelisches
Krankenhaus
Mettmann GmbH

Unser Angebot

Wir bieten Ihnen ein Gesundheitstraining ohne vertragliche Verpflichtungen und Aufnahmegebühr zu folgenden Konditionen:

10-er Karte: € 90,- Euro
3 Monats-Ticket: € 119,- Euro
Jahres-Ticket : € 429,- Euro

Sie erhalten zwei begleitete Einführungen, um das Training auf Ihre individuellen Bedürfnisse auszurichten.

Ganz im Gegensatz zu festen Kursen gestalten Sie die darauf folgenden Trainingseinheiten dann mit Hilfe Ihres Trainingsplanes nach eigener Zeiteinteilung.

Öffnungszeiten

montags - freitags 07:30 - 20:00 Uhr
 samstags 10:00 - 15:00 Uhr

So erreichen Sie uns

**Evangelisches Krankenhaus Mettmann GmbH
 Therapiezentrum Mettmann**
 Gartenstraße 4 - 8, 40822 Mettmann
www.evk-mettmann.de

Ansprechpartner Therapiezentrum Mettmann
 Ulrich Mannes (Leitung Therapiezentrum)
 Büro: 02104 773-250
 Fax: 02104 773-335
 E-Mail: tzm@evk-mettmann.de

Anmeldung: 02104 773-260

Anfahrt/ Wegbeschreibung



- **Öffentliche Verkehrsmittel**
 Buslinien: 011, 013, 738
 (HS Neanderstraße)
 745 (HS Zentrum)
 Regiobahn S28
 (HS Zentrum)
- **Autobahn:**
 A3 (AS 18), weiter über B7;
 A44 (AS 33), weiter über
 L 239, dann über B 7

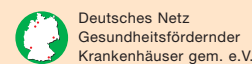
Medizinische Trainingstherapie

im Therapiezentrum Mettmann

Ihre Gesundheit ist unsere Aufgabe



THERAPIEZENTRUM METTMANN



Deutsches Netz
Gesundheitsfördernder
Krankenhäuser gem. e.V.



Health Promoting
Hospitals
Ein Netz der
Weltgesundheitsorganisation
(WHO)





Sehr geehrte Damen,
sehr geehrte Herren,

unser Therapiezentrum Mettmann im Evangelischen Krankenhaus Mettmann ist ein anerkanntes ambulantes Rehabilitationszentrum der Berufsgenossenschaften zur Durchführung der „Erweiterten Ambulanten Physiotherapie“ (EAP). Es setzt sich aus den Funktionsbereichen Physikalische Therapie, Krankengymnastik sowie medizinische Trainings-therapie zusammen.

Hier behandeln wir Patienten mit Bewegungsstörungen, Lähmungen im peripheren und zentralen Nervensystem und rheumatischen Erkrankungen. Dazu versorgen wir Patienten vor oder nach einer Operation.

Durch intensive Betreuung und Anleitung üben wir mit unseren Patienten im Bewegungsbad und in der medizinischen Trainingstherapie gesundheitsfördernde Übungen ein. Ziel ist es, die Beweglichkeit im Alltag zu erhalten oder zu steigern.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr Team des Therapiezentrums

Unsere Therapieangebote

Auf unserer großräumigen Therapiefläche führen wir ganz unterschiedliche Behandlungsformen durch:

- Krankengymnastik im Bewegungsbad
- Krankengymnastik am Gerät
- neurologische Krankengymnastik (Bobath-Konzept)
- Manuelle Therapie (Kaltenborn/ Cyriax)
- Physikalische Therapie
- EAP für Berufsgenossenschaften/ Privatpatienten
- Sportspezifische Trainingstherapie
- medizinische Trainingstherapie

Die medizinische Trainingstherapie ist für jedermann geeignet; egal ob nach einer medizinischen Behandlung ein Muskelaufbau erforderlich wird oder die eigene Fitness gesteigert werden soll.

Das Leistungsspektrum im Bereich der medizinischen Trainingstherapie

- ein individuell auf Sie abgestimmtes Training unter therapeutischen Gesichtspunkten
- Trainingsplanung und -steuerung durch Diplom-Sportlehrer, Sport- und Physiotherapeuten
- Training an modernen Sequenzgeräten
- Reduktionstraining bei Übergewicht
- Ausdauertraining mit Messung der Herzfrequenz, allgemeiner Fitness-Check
- ständige Präsenz von qualifizierten Ansprechpartnern (Diplom-Sportlehrern, Sport- und Physiotherapeuten)

Sonstige Angebote

- Körperfettanalyse/ Body-Maß-Index
- persönlicher Fitness-Quotient
- Isokinetik (Test und Training)