

# Fit und Gesund durchs Leben gehen

Individuelles Geräte-Training in der Physiotherapie-Praxis am Kurpark

Bad Driburg. In der Physiotherapie-Praxis am Kurpark können Patienten jetzt auf einem neuen Gerätezirkel ihre Gesundheit und Fitness verbessern. „Dabei steht der medizinische Aspekt im Vordergrund“, sagt Inhaber und Physiotherapeut Marco

Congia. Das Trainingsprogramm an den zehn Body-Form-Geräten wird für jeden Kunden nach einem vorherigen Check und einer einstündigen Einführung individuell angepasst. Auf einer Chipkarte sind Dauer und Intensität des Trainings gespeichert. „Idealerweise durchläuft der Patient den Zirkel zweimal hintereinander. Ein Ansprechpartner ist dabei immer in der Nähe“, betont Congia. Das Training setzt ganz bewusst Schwerpunkte. So wird zum Beispiel das Augenmerk auf die Stärkung bestimmter Muskelgruppen wie die Rückenmuskulatur oder eine Verbesserung der Kondition gelegt. Die Öffnungszeiten des neuen Trainingszirkels sind an die der Praxis gekoppelt. In der Zeit von 7.30 bis 18 Uhr kann hier jeder trainieren und so etwas für sein persönliches Wohlbefinden tun. Das Angebot steht nicht nur Patienten der Physiotherapie-Praxis am Kurpark offen und ist monatlich kündbar. (SR)



*Physiotherapeut Marco Congia erklärt Reinhold Fricke die richtigen Bewegungsabläufe an den neuen Trainingsgeräten.*