



THERAPIE- & TRAININGS
ZENTRUM

Matthias Bauer
Heimbuchenthal



INDIVIDUELL UND
IRGENDWIE ANDERS



MATTHIAS BAUER
THERAPIE- & TRAININGSZENTRUM

HAUPTSTRASSE 200
63872 HEIMBUCHENTHAL

FON: 0 60 92. 82 12 34
FAX: 0 60 92. 82 12 35

E-MAIL: bauer-physio@gmx.de
INTERNET: www.bauer-physio.de



FITNESS ANALYSE

Durch Auswerten funktioneller Tests und Ermitteln von Maximalkraftwerten für Rücken-, Bauch- und Beinmuskulatur erkennen wir eventuell vorhandene Defizite und Missverhältnisse.

Diese Analyse-Ergebnisse verwenden wir als Grundlage Ihres individuellen Gesundheits- und Fitnesstrainings.

GESUNDHEITS- UND FITNESSTRAINING

Egal aus welcher Motivation heraus Sie bei uns trainieren wollen.

- Präventives Training, um Rückenbeschwerden und vorzeitigen Gelenk-Verschleiss vorzubeugen
- Ihren derzeitigen Fitnesszustand zu halten oder zu verbessern
- Fit und gesund Ihr Alter zu geniessen
- Durch gezieltes Gerätetraining Ihre Gewichtsreduzierung zu unterstützen

Bei uns trainieren Sie auf Basis Ihrer Fitness-Analyse und nach persönlicher Einweisung ganz individuell auf Ihre Ziele hin.

- Geräte Training über flexibles Kartensystem
- Galileo Training

ERNÄHRUNG-BEWEGUNG-STRESSANALYSE

Durch die Zusammenarbeit mit unserem Kooperationspartner **Re-Genetics**, können wir Ihnen helfen, gesund und dauerhaft abzunehmen und Ihren Gesundheitszustand zu verbessern.

Bei der Analyse zeigen wir Ihnen genau, wie Ihre Energiebilanz aussieht und wo Verbesserungspotential in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Stressregulation besteht.

UNSERE LEISTUNGEN

- Massage
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik
- KG-Bobath/ZNS
- KG-Atemtherapie
- Reflektorische Atemtherapie
- gerätegestützte KG
- Manuelle Lymphdrainage
- Sportphysiotherapie
- Kiefergelenkstherapie
- APM (Akupunktmassage nach Penzel)
- E-Technik

Durch **Ergotherapie** können vielfältige Entwicklungsauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen gelindert und positiv beeinflusst werden.

Wir unterstützen Patienten bei Problemen:

- in der Fein-, Schreib- und Grobmotorik
- in der Bewegung, Geschicklichkeit und Koordination
- in der Körperwahrnehmung
- bei AD(H)S (Elterntainerin für AD(H)S)
- in der Konzentration, Aufmerksamkeit & beim Lernen
- im Verhalten oder in ihren Emotionen

Wir sind Kooperationspartner der Frühförderstelle Aschaffenburg Stadt/Land.