

Spiraldynamik ist...

die Gebrauchsanweisung für den eigenen Körper. Lernen Sie sich und Ihr Bewegungspotential neu kennen. Selbstoptimierung durch intelligente Bewegung ist das Ziel – für eine Zukunft mit weniger Abnutzungserscheinungen, weniger Schmerzen und mehr Bewegungsfreiheit. Ideal auch als Zweitmeinung vor geplanten Operationen.

Med Center

Das Spiraldynamik Med Center Freiburg bietet umfassende Diagnostik und Therapie von Beschwerden des Bewegungssystems. Ärzte, Therapeuten und Bewegungsspezialisten haben Zugang zur topmodernen Infrastruktur des Therapiezentrums St. Urban.

Newsletter

Abonnieren Sie über unsere Website den kostenlosen elektronischen Newsletter, der sie monatlich über verschiedene Gesundheitsthemen und Veranstaltungen informiert.

Spiraldynamik Med Center | Therapiezentrum St. Urban
Sebastian-Kneipp-Straße 13 | D-79104 Freiburg
T +49 (0)761 593 112 0 (Ärzte)
T +49 (0)761 593 112 18 (Physiotherapie)
F +49 (0)761 593 112 2
freiburg@spiraldynamik.com | www.spiraldynamik.com

Anmeldung

Unser Empfang nimmt Ihre Anmeldung gerne unter der Telefonnummer 0761 593 112 0 (Ärzte) und 0761 593 112 18 (Physiotherapie) entgegen.

Anfahrt



Gut zu wissen

Tageskurse

Tageskurse können jederzeit auch ohne vorhergehenden Arzttermin gebucht werden. Wählen Sie das Thema Ihres Interesses über unsere Website aus. Auch Trainingsgruppen können unabhängig von Arzt und Physiotherapie gebucht werden. Hier empfiehlt sich vorerst ein Tageskurs, damit Sie wissen, worum es bei Spiraldynamik geht.

Ärzte

Sie können sich direkt von Ihrem Hausarzt oder Facharzt ein Rezept für die Physiotherapie ausstellen lassen. Zuzahlungen für Spiraldynamik sind obligatorisch. Die Trainingsgruppen können Sie auch ohne Rezept auf Selbstzahlerbasis buchen.

Krankenkassen

Die ärztlichen Leistungen am Med Center werden nur von den Privatkassen ersetzt. Das physiotherapeutische Angebot wird von gesetzlichen wie privaten Krankenkassen erstattet. Sowohl in der Physiotherapie als auch beim Arzt können Abweichungen im Erstattungsmodus der Kassen bestehen, so dass ggf. ein Teil nicht übernommen wird.

Spiraldynamik
intelligent movement

Med Center Freiburg

Trainieren statt operieren



Ihr individueller Routenplaner

mehr Gesundheit in fünf Etappen

Sie haben Beschwerden am Bewegungssystem, irgendwo zwischen Kopf und Fuß?

Med Center

Willkommen am Spiraldynamik Med Center in Freiburg! Fünf Module greifen präzise ineinander. Diagnostik, Schulung, Therapie, Training und Check-up ergänzen sich gegenseitig, von der Diagnose bis zu Ihrer persönlichen Bestform.

Ärztliche Diagnose

Am Anfang jedes seriösen Therapiekonzepts steht die präzise ärztliche Diagnose. Sie legt den medizinisch-wissenschaftlichen Grundstein für Sie. Zusammen mit Ihnen planen wir Ihren individuellen Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden.

1

Tageskurse

In aller Regel besuchen Sie zuerst einen oder mehrere Tageskurse. Sie erhalten die „Gebrauchsanweisung“ für Ihren Körper, speziell für die Körperregion, die Ihnen im Moment Probleme bereitet. In einem Tag lernen Sie das Wesentliche über die Funktionsweise Ihres Körpers. Nun folgt das „Herzstück“ – die Physiotherapie.

2

Physiotherapie

Eine Verordnung umfasst meist 10 Therapieeinheiten à 45 Minuten. Sie lernen Ihren Körper neu kennen: Das große Zusammenspiel von Kopf bis Fuß gleicht einem Orchester. Sie sind der Dirigent, Ihr Physiotherapeut hilft Ihnen, Ihr Orchester zum harmonischen Zusammenspiel zu bringen. Sind diese Ziele erreicht, geht es ins Training.

3

Training

Das Gelernte aus der Physiotherapie können Sie in den Trainingsgruppen festigen und optimieren. Sie trainieren wahlweise in Gruppen oder im Einzeltraining auf dem Niveau, das für Sie ideal ist – vom sanften Ganzkörpertraining bis zur sportlichen Läufergruppe. Auch hier wählen Sie gemeinsam mit Arzt und Therapeuten das medizinisch und präventiv Sinnvollste für Sie aus.

4

Check-up

Mit dem Check-up erhalten Sie schließlich eine umfassende Risikoanalyse: Diese Evaluation belegt Ihre Fortschritte und ist Grundlage für Ihre langfristige Gesundheitsplanung.

5

Die Module sind auch einzeln buchbar, oft kann ein Quereinstieg sinnvoll sein: Wir unterstützen Sie jederzeit gerne bei der Planung Ihrer individuellen Gesundheits-Route!