

# Golf-Physiotherapie

Gesund Golf spielen

## Das ist unser Angebot:

Golf ist eine komplexe Sportart, die Ausdauer, Koordination, Kraft und Fitness erfordert. Durch gezielte Golf-Physiotherapie in der Praxis Kiesling können Sie Ihren Sport beschwerdefrei, in jedem Alter und mit Freude ausüben.

## Unsere Golf-Physiotherapeutin ist spezialisiert auf:

- Behandlung von golfspezifischen individuellen Beschwerden
- Kraft-, Flexibilitäts- und Geschicklichkeitstraining auf der Matte oder an Geräten
- Steigerung der persönlichen Fitness
- golfspezifische Einheiten als Aufwärmtraining zu Hause oder auf der Driving Range
- Behandlung nach Operationen an Hüft-, Kniegelenken und Bandscheiben



Diese Maßnahmen verringern das Verletzungsrisiko und sichern Ihnen so langfristig die Freude am Golfen.

## Die golfspezifische Therapie umfasst unter anderem:

- differenzierte Befunderhebung
- Analyse der golfspezifischen Körperhaltung, Feststellung von bestehenden Abweichungen der normalen Funktionen der Wirbelsäule, Dokumentation muskulärer Dysbalancen
- manuelle Therapie zur Verbesserung der Gelenkmobilität
- Kräftigung und Stabilität der Rumpfmuskulatur durch gezieltes Golf-Physiotraining
- individuelles Training nach Hüft- und Knie-OP sowie nach Bandscheibenerkrankungen
- Koordination und Gleichgewichtstraining für besseren Golfschwung

## Einheiten:

20 bis 60 Minuten

Die Preise entnehmen Sie bitte unserer aktuellen Preisliste.