

Medizinische Trainingstherapie/MTT



Spital Schiers
Physiotherapie
T. 081 308 09 90

KOMPETENT UND HERZLICH

FLURYSTIFTUNG 
SPITAL SCHIERS

Medizinische Trainingstherapie

Die medizinische Trainingstherapie (MTT) ist ein aktives, physiotherapeutisch-medizinisches Behandlungskonzept, welches auf trainingswissenschaftlichen und sportmedizinischen Grundlagen basiert.

Mit gezielten Trainingsreizen werden Defizite der Muskulatur und der Ausdauer ausgeglichen und die Belastbarkeit des Körpers gesteigert. Dies führt zu erhöhter Leistungsfähigkeit am Arbeitsplatz und in der Freizeit. Die Instruktion und Überwachung der MTT übernehmen kompetente und speziell geschulte Physiotherapeuten.

Ein wichtiger Aspekt des Trainings ist die optimale Dosierung einer Übung. Daher werden Anzahl Wiederholungen, Gewichtswiderstände oder die Ausgangsstellung einer Übung individuell angepasst und regelmässig kontrolliert.

Wir arbeiten mit Ihnen zielgerichtet auf den Wiedereinstieg in den Berufsalltag und Ihren Sport hin – egal auf welchem Niveau.

Gerne beraten wir sie auch, wenn es darum geht Ihre Kondition aufrechtzuerhalten oder zu verbessern.

Jeder Benutzer unseres Trainingsraums erhält eine Einführung und einen individuellen Trainingsplan, welcher seinen Anforderungen entspricht und von einem diplomierten Physiotherapeut immer wieder auf den neuesten Trainingsstand angepasst wird. Das Training ist überwacht.

Wir freuen uns, Sie in unserem Trainingsraum begrüßen zu dürfen!

Ihr Physio-Team

Abonnementspreise

	ehem. Pat.	Lehrling Senioren	Mitarbeiter/in / in Ausbildung
3 Monate	CHF 250.--	CHF 200.--	CHF 160.--/140.--
6 Monate	CHF 450.--	CHF 390.--	CHF 260.--/220.--
12 Monate	CHF 790.--	CHF 690.--	CHF 450.--/390.--

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag	07.30 - 18.30 Uhr
Freitag	07.30 - 17.30 Uhr

Samstag/Sonntag und Feiertage geschlossen