



Das Rückentherapie-Center by Dr. Wolff® verfügt über spezielle Geräte, mit denen man sehr effizient trainieren kann. Foto: Rückentherapiecenter by Dr. Wolff®

Effiziente Rückentherapie

Salzburgs erstes Rückentherapie-Center von Dr. Wolff im IGIA.

Eine der häufigsten Ursachen für Rückenschmerzen ist eine ungenügende segmentale Stabilisation der einzelnen Wirbelkörper. Unter segmentaler Stabilisation versteht man die muskuläre Sicherung der Position der einzelnen Wirbelkörper zueinander durch die tiefliegende Bauch- und Rückenmuskulatur. Diese kleinen „Stellmuskeln“ müssen wieder gezielt trainiert werden. Mit herkömmlichen Therapiemethoden oder Fitnessstraining kann man diese Muskulatur nicht trainieren. Die tiefliegenden Bauch und Rückenmuskeln können nur im Bereich der „neutralen Zone“ gezielt angesprochen und effizient trainiert werden. Das Rückentherapie-Center by Dr. Wolff® verfügt über spezi-

elle Geräte mit Sensoren, mit denen man weltweit erstmalig diese „Stellmuskeln“ sehr effizient trainieren kann. Sie geben über eine optische Anzeige Rückmeldung, ob die Trainingsbewegung korrekt in der „neutralen Zone“ ausgeführt wird. Kleine, rüchenschonende und koordinativ anspruchsvolle Übungen sorgen für den gewünschten Erfolg und machen diese Therapieform um vieles effizienter und nachhaltiger als andere.

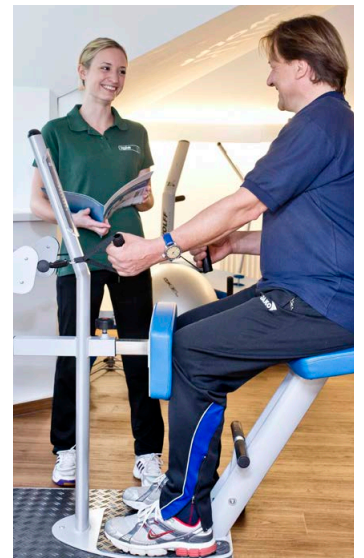
Oftmals fehlt es unseren Rücken an genügend Muskeln. Eine erhöhte Abnutzung der Wirbelsäule, Schmerzen und Verletzungen können die Folgen sein. Rückenschmerzen sind heute zu Tage leider keine Seltenheit mehr. Falsches Sitzen, Heben oder Stehen kann der Auslöser sein. Um das zu vermeiden müssen die kleinen Muskeln um den Rücken trainiert werden, denn diese sind die unsichtbare Stütze unseres Körpers. Wer hingegen nur die

sichtbaren, oberflächlichen Muskeln trainiert kann in manchen Fällen seine Probleme sogar noch vergrößern.

Bernhard Aigner, 52 Jahre

Die Bezirksblätter und igia haben einen Gutschein für 10 Einheiten Training im Rückentherapie-Center verlost. Der glückliche Gewinner war Bernhard Aigner, der auch gleich mit seiner Therapie startete. Besonders die Rückenbelastung machte ihm zu schaffen. Das tägliche Heben und Stehen haben die Beschwerden in den letzten Jahren immer schlimmer werden lassen. Das Training im Rückentherapie-Center hat ihm nicht nur Spaß gemacht, sondern sogar erstaunt. Bereits kleine Bewegungen zeigten große Wirkung. Nach einer Behandlungsserie gibt es bereits eine deutliche Verbesserung der Beschwerden.

Herr Aigner möchte gerne weitermachen: „Die Therapie tut



Physiotherapeutin Julia Harml mit Gewinner Bernhard Aigner bei der Rückentherapie. Foto: igia

mir gut, weil ich inzwischen viel bewusster alltägliche Belastungen vermeiden kann. Ich bin viel achtsamer seither geworden und setze das erlernte Wissen im täglichen Leben ein.“ WERBUNG

INFO & KONTAKT

Überzeugen Sie sich selbst von der Effizienz der neuen Rücken-Therapie.

Lernen Sie die Therapie aktiv kennen und testen Sie die Anwendung der Geräte!

igia - Ambulatorium für Physiotherapie
Aigner Straße 29,
5026 Salzburg
Tel.: 0662-64 93 77
office@igia.at,
Infovideo unter www.igia.at

GUTSCHEIN

1 Testeinheit im Rückentherapie-Center igia,
Aignerstraße nach Terminvereinbarung!*

*Gültig bis 30.06.2015. Pro Person nur 1 Testeinheit möglich.