

**NEU IN  
FÜRSTEN-  
WALDE**

- Rehabilitation
- Prävention
- Physiotherapie

**BLEIBEN SIE AGIL!**



## IHR KÖRPER – IHRE GESUNDHEIT

### DAS AGIL REHABILITATIONS- UND PRÄVENTIONSZENTRUM IN FÜRSTENWALDE

Seit 2008 bietet das agil Rehabilitations- und Präventionszentrum in Fürstenwalde professionelle Hilfe für Körper und Geist. Dabei verbinden wir die klassischen physiotherapeutischen Anwendungen mit gezielten Maßnahmen zur Prävention von Krankheiten. Unser ganzheitliches Konzept und unsere Kursangebote sind individuell auf Ihren therapeutischen Bedarf zugeschnitten – **damit Sie aktiv und gesund im Leben stehen!**

Sabine Reinecke – Gründerin des Rehabilitations- und Präventionszentrums – ist ausgebildete Physiotherapeutin mit zahlreichen Zusatzqualifikationen. Sie schätzt besonders den Dialog mit ihren Patienten. Daraus schöpft sie Kraft und Kreativität, um jedem einzelnen Menschen mit seinen spezifischen Problemen gerecht werden zu können.



# REHABILITATION



**LUNGEN-  
SPORT  
IN UNSERER  
REGION**

## ENDLICH WIEDER AGIL!

Für die meisten Menschen ist die Rehabilitation ein anstrengender Prozess, der den Betroffenen viel Geduld abverlangt. Wir helfen Ihnen dabei, damit Sie schnell wieder agil werden!

Mit einem Überweisungsschein Ihres Haus- oder Facharztes werden alle entstehenden Kosten von Ihrer Krankenkasse übernommen. Wir konzentrieren uns gemeinsam auf das Wesentliche und bieten Ihnen professionelle Beratung und Unterstützung für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.

### UNSER REHABILITATIONSANGEBOT

- **Lungenerkrankungen**  
gezielte Behandlung vielfältiger Atemwegserkrankungen
- **Beschwerden des Stütz- und Bewegungsapparates**  
wie zum Beispiel Rückenschmerzen oder Rheuma
- **Neurologische Erkrankungen**  
Behandlung bei Kopfschmerz, Parkinson oder Schlaganfall

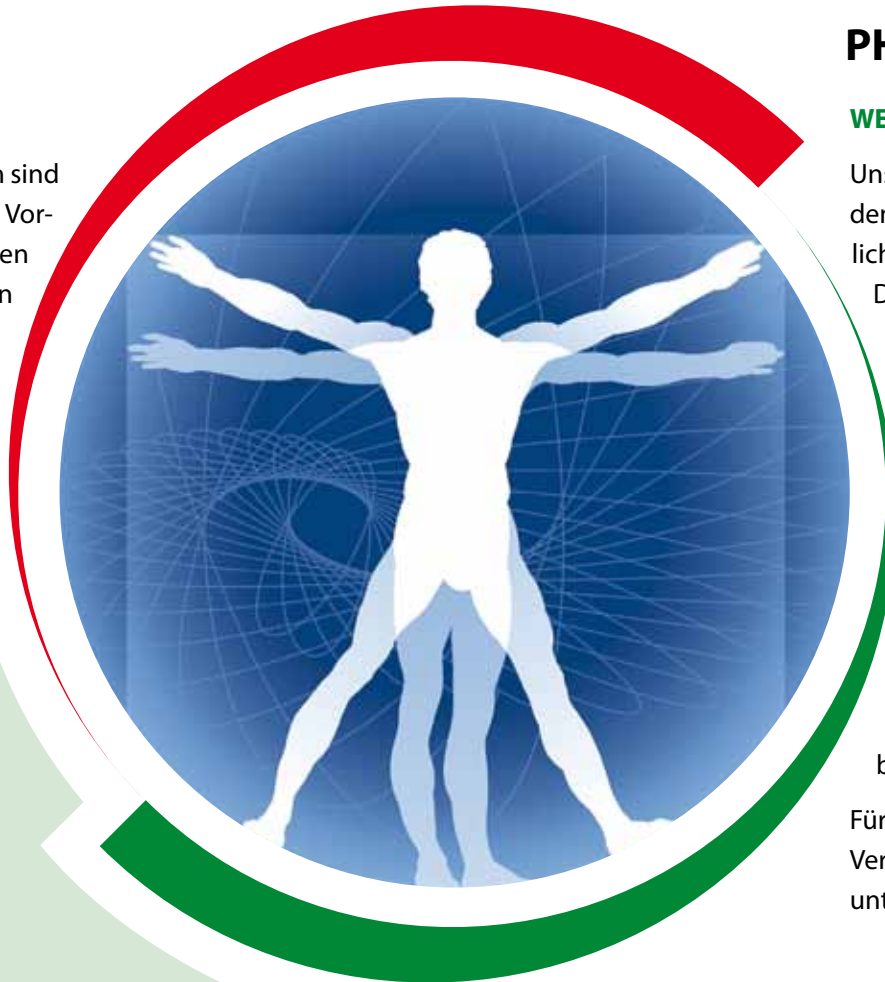
# PRÄVENTION

## BLEIBEN SIE AGIL!

Bei Berufstätigkeiten mit langem Sitzen und Stehen sind Verspannungen oft vorprogrammiert und häufig Vorboten für Erkrankungen. Für präventive Maßnahmen halten wir deshalb ein vielseitiges Angebot von der klassischen orthopädischen Rückenschule bis zum intensiven Personaltraining bereit. Beugen Sie chronischen Erkrankungen vor und lassen Sie sich von uns beraten!

### UNSER PRÄVENTIONSSANGEBOT

- **Osteoporoseprophylaxe**  
Vorbeugung von Altersbeschwerden
- **Progressive Muskelentspannung** (Jacobson)  
muskuläre Behandlung für körperliche Entspannung
- **Klangschalenthherapie**  
Entspannung durch Klangsymphonie
- **Nordic Walking**  
Prävention durch Bewegung
- **Powerplate**  
Neuartiges Ganzkörpertraining



# PHYSIOTHERAPIE

## WERDEN SIE AGIL!

Unsere Möglichkeiten sind enorm! Je nach Beschwerden finden wir für Sie die passende Behandlungsmöglichkeit, um Sie physiotherapeutisch zu unterstützen. Dabei zählen für uns die neusten Methoden, die wir stetig in Fortbildungen weiterentwickeln.

Nicht nur Unfälle und Alterserscheinungen können der Grund für eine Erkrankung sein. Ein hektischer Alltag und wenig Bewegung führen oft zu Haltungsschäden und Unausgeglichenheit. Ziel unserer Arbeit ist es daher, die Ursachen für Missverhältnisse zu finden und die Symptome nachhaltig zu behandeln.

Unser physiotherapeutisches Leistungsspektrum wird von allen Krankenkassen übernommen, Privatbehandlungen sind selbstverständlich möglich.

Für Hausbesuche stehen wir Ihnen ebenfalls gerne zur Verfügung. Beratung und Informationen erhalten Sie unter der Telefonnummer 03361 - 73 68 92.

## UNSER PHYSIOTHERAPEUTISCHES ANGEBOT

- **Umfassende Massagetherapien**  
klassische Massagetherapie, Bindegewebsmassage, Reflexzonenmassage
- **Lymphdrainage, Ödemtherapien und Kompressionsbandagierung**  
Grifftechnik zur Förderung des Lyphflusses
- **Krankengymnastik** (auch nach Bobath)  
Einzel- und Gruppensitzungen; auch bei zentralen Bewegungsstörungen
- **Traktionsbehandlung**  
Behandlung mit dosierter Zugkraft auf die Gelenke der Extremitäten und der Wirbelsäule, z.B. mit dem Schlingentisch
- **Elektro- und Reizstromtherapie**  
Elektrische Reize, die die Durchblutung verbessern und Schmerzen lindern
- **Kälte-, Wärme- und Ultraschalltherapie**
- **Wärmeanwendungen mit Moor**

**IHRE  
GESUNDHEIT  
IST UNS  
WICHTIG**



# KURSANGEBOT

## BLEIBEN SIE AGIL!

Unser kreatives Kursangebot bietet jedem die passende Möglichkeit agil zu werden und zu bleiben.

Wir beraten Sie gerne – gemeinsam finden wir den passenden Kurs für Ihr gesundheitliches Wohl!

Neben Nordic Walking, Osteoporose-Sport und der orthopädischen Rückenschule können Sie auch die Kunst des Aroha, ein neuseeländisches Ganzkörpertraining erlernen, das HAKA, Kickboxen und Thai Chi rhythmisch miteinander in Einklang bringt.

### UNSERE KURSE

- Nordic Walking
- Osteoporose-Sport
- Orthopädische Rückenschule
- Aroha-Training

### KURSZEITEN

nach Vereinbarung  
DI & MI 9.00 - 10.00 Uhr  
MO 18.00 - 19.00 Uhr  
DO 20.00 - 21.00 Uhr



INFOS UND  
ANMELDUNG:  
(03361)  
73 68 92

Werden Sie aktiv und lassen Sie den Alltag hinter sich!



Mitglied in der Arbeitsgemeinschaft  
für Lungensport in Deutschland e.V.  
sowie der Nordic Walking Union e.V.



Bettina-von-Arnim-Str. 1 • 15517 Fürstenwalde (Spree)

Tel.: +49 (0) 3361 736892 • Fax: +49 (0) 3361 736893

Email: [info@agilphysio.de](mailto:info@agilphysio.de) • Web: [www.agilphysio.de](http://www.agilphysio.de)