

Zentrum für Sportphysiotherapie, Krankengymnastik und Prävention

Viele Menschen gehen täglich an diesem Zentrum vorbei, wenn sie vom Parkplatz des Kaufhauses Kolck zur Hauptstraße möchten. Mindestens jeder zweite denkt: „Na ja, schon wieder ein Fitness-Studio“. Aber das ist nicht richtig.

Dieses Zentrum unter der Leitung der Herren Herrman und Harm ist etwas **BESONDERES!**

Und warum es für mich etwas anderes ist, möchte ich hier kurz erläutern.

Schon die telefonische Vereinbarung der Termine erfolgt schnell und präzise und schnellstmögliche Termine werden vergeben.

Mit etwas Herzklopfen bin ich dann zu meinem ersten vereinbarten Termin marschiert, ich wusste ja nicht, was auf mich zukam. Die Dame an der Rezeption begrüßte mich sehr freundlich und zeigte mir den Umkleideraum für Damen mit verschließbaren Schränken, Dusche und Toilette. Nebenbei warf ich schnell einen Blick in den Trainingsraum, der durch die großen Fenster wunderbar hell und großzügig erscheint. Und dann diese vielen computergesteuerten Trainingsgeräte! So etwas hatte ich noch nicht gesehen.

Kaum hatte ich meine Trainings Sachen angezogen, näherte sich auch schon – übrigens ganz pünktlich! – der Physiotherapeut, der mich nun für die manuelle Behandlung betreuen sollte.

Aber zunächst wurde eine Eingangsanalyse erstellt als

Basis eines individuellen Trainingsplans.

Dieser Trainingsplan wird auf dem sog. „Genius Chipei“ gespeichert mit den Angaben über die Belastung und Bewegungsgeschwindigkeit, und zwar ausschließlich nur für den jeweiligen Patienten.

Das alles hat mir schon mal sehr gut gefallen.

Die manuelle Therapie (Krankengymnastik) ist natürlich am Anfang nicht so ganz schmerzfrei, denn der Therapeut findet garantiert die Schmerzpunkte. Da muss man schon mal die Zähne zusammenbeißen.

Die Geräteübungen werden genauestens erklärt und anhand des Chipeis ausgeführt.

Es wird hart gearbeitet, große Pausen gibt es nicht und am Ende der Trainingsstunde hat man das wunderbare Gefühl, etwas für seinen Körper getan zu haben.

Besonders betonen möchte ich noch, dass alle Sportphysiotherapeuten sich durch hohe fachliche Kompetenz und langjährige Betreuung von Spitzensportlern und Vereinen, z. B. Fußball oder Tennis, auszeichnen.

Aber ganz so ernst wie es vielleicht scheint, ist es nicht. Es wird schon hier und da ein Scherz gemacht und natürlich darf auch gelacht werden.

Wer nun Lust bekommen hat, bitte nicht drängeln, es kommt bestimmt jeder an die Reihe, zumal das Zentrum im Augenblick durch weitere Räume vergrößert wird.

E. G.