

## Was ist medizinische Trainingstherapie (MTT)?

Bei der Medizinischen Trainingstherapie werden mittels Ausdauer-, Beweglichkeits-, Kraft- und Koordinationstraining gezielt der Bewegungsapparat sowie das Herz-Kreislaufsystem trainiert. In unserem therapeutischen Fitnesscenter saludis trainieren Sie nach den neuesten medizinischen und wissenschaftlichen Erkenntnissen – und das auf 1300 qm.

## Hochwertige Trainingsgeräte

Dazu werden funktionelle und technisch perfekte Geräte benötigt, die den neuesten wissenschaftlichen und therapeutischen Erkenntnissen entsprechen. In saludis trainieren Sie an modernsten, computergestützten Biofeedbackgeräten, die - zusätzlich zu den allgemein üblichen Bestimmungen - die Anforderungen zur Durchführung von Rehabilitations-Maßnahmen erfüllen.



## Geschulte Fachkräfte

Sie trainieren bei uns nur unter fachlicher Aufsicht von Physio- oder Sporttherapeuten und diplomierten Sportlehrern.

## Trainieren wie die Profis

Unser Angebot hält Profi-Bedingungen stand. Ihre Leistung wird dokumentiert und Ihr Trainingsplan stetig an das aktuelle Leistungsniveau angepasst. Damit werden Ihre Fortschritte sofort messbar.

## Eingangs-Check

Vor dem ersten Training ist ein Eingangs-Check erforderlich. Nach der Ermittlung Ihres persönlichen Gesundheitsstatus erstellen wir für Sie einen individuellen Trainingsplan. Dies ist für ein gesundheitsförderndes Training notwendig. Zum Check benötigen Sie Sportkleidung und ein Handtuch. Wir freuen uns schon auf Ihre telefonische Voranmeldung.

## Unsere Leistungen

- > Leistungsdiagnostik
- > Spiroergometrie und Lactatbestimmung
- > Fahrrad- und Oberkörperergometrie
- > Kraft- und Koordinationsmessung

## Unsere Highlights

- > Videogestützte Gang- und Laufanalyse im Laulabor
- > Personal Training
- > Trainingsplansteuerung (z.B. Marathon)
- > Therapeutische Kletterwand



## Immer nur alleine trainieren...

kann auf die Dauer langweilig werden. Bringen Sie doch mal Freunde und Bekannte mit! Sich gegenseitig motivieren und zu Trainingserfolgen anspornen macht mehr Spaß als alleine schwitzen!

## Prävention - eigenverantwortlich Krankheiten vorbeugen...

...das wird auch von Ihrer Krankenkasse belohnt. Die Kosten für einen unserer MTT-Kurse werden daher bis zu einer gewissen Höchstgrenze von den Kassen übernommen.



**Sie erreichen uns...**

im Gesundheitszentrum am Bruderwald, direkt neben dem Klinikum am Bruderwald – eine exponierte Lage, die eine schnelle Kommunikation zwischen Patient, Arzt und Therapeut ermöglicht.



**Dr. med. Markus Kessler, MBA**

Ärztlicher Leiter  
Facharzt für Orthopädie, Manuelle  
Medizin und Physikalische Therapie

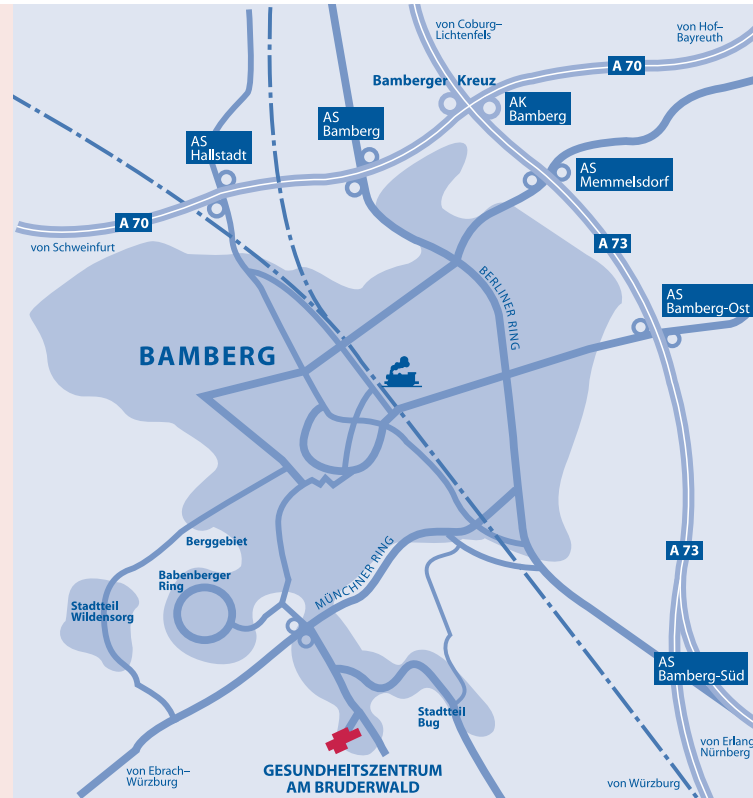


**Andrea Stamm**

Therapieleitung  
Gesundheitswissenschaftlerin und  
Physiotherapeutin

**Kontakt**

Anmeldung: Tel. (0951) 5 03 38 20  
Fax: (0951) 5 03 38 25  
Ärztliche Leitung: Tel. (0951) 5 03 38 10  
Therapieleitung: Tel. (0951) 5 03 38 40  
E-Mail: [info@saludis.de](mailto:info@saludis.de) · [www.saludis.de](http://www.saludis.de)



**saludis. Lust auf Gesundheit**  
Medizinische Trainingstherapie (MTT)