

für Gesundheit



LIBRO
PHYSIOTHERAPIE

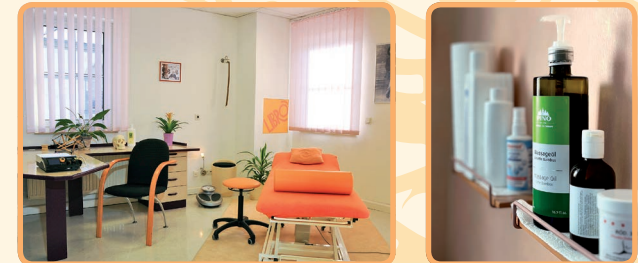
Inhaber Ronny Heymann

Kesselplatz 3
08289 Schneeberg
Telefon (0 37 72) 37 18 77

Seminarstraße 41
08289 Schneeberg
Telefon (0 37 72) 3 25 24 44
E-Mail osteopathie@physiotherapie-libro.de
www.physiotherapie-libro.de

LIBRO
PHYSIOTHERAPIE

Leidenschaft



*Wir freuen uns
auf Ihren Besuch.*

Kesselplatz 3
08289 Schneeberg
Tel. (03772) 371877

Seminarstraße 41
08289 Schneeberg
Tel. (03772) 3252444

Therapien, Wellness ...

- Reflektorische Atemtherapie
- OSTEOPATHIE
- CRANIO–SACRALE OSTEOPATHIE
- Manuelle Therapie
- Neurophysiologische Behandlung (PNF)
- Sportphysiotherapie
- Medizinische Trainingstherapie (MTT)
- Manuelle Lymphdrainage
- Manuelle Extension der HWS
- Kiefergelenksbehandlung
- Physikalische Therapie
- GANGANALYSE
- ARBEITSPLATZANALYSE
- Kinesio Taping
- Triggerpunktbehandlung
- REHASPORT
- Psycho-Neuro-Immunologie (PNI)
- Faszien-distorsionsmodell (FDM)
- Schlingentisch

... und vieles mehr

- Ernährungscoach
- Pilates
- Entspannungstherapie PMR
- Aromaölmassage
- Ayurveda
- Abnehmkonzept Body light
- Fußreflexzonenmassage
- Shiatsu – nur Gesicht
- Zentrifugalmassage nach Siegel
- Personal Fitness Training
- Migräne- und Kopfschmerzbehandlung
- Yoga
- Kraftzirkel
- Lomi Lomi

Physiotherapie heute

„Vorbeugen ist besser als heilen“, sagt der Volksmund. Die Prävention ist deshalb ein wichtiger Bestandteil der Physiotherapie. Viele unserer Angebote dienen dem Ziel, Ihre körperliche Leistungsfähigkeit zu erhalten und zu verbessern.

Nach Krankheiten/Unfällen und bei anderen Problemen mit dem Bewegungsapparat – wir bringen Sie wieder auf die Beine. Schmerzen können verschwinden und die Beweglichkeit wird nachhaltig verbessert.

Gönnen Sie sich mal was für Ihr Wohlbefinden. Wir bieten eine breite Palette von speziellen Wellness-Angeboten.

Wer wirklich fit ist, kommt besser durchs Leben. Nur der innere „Schweinehund“ ist schwer zu überwinden. Bringen Sie sich jetzt mit unseren Fitnesskursen richtig in Form und machen Sie mehr aus Ihrem Leben.

Osteopathie – ein anderer Weg

Osteopathie ist ein weitgehend manuelles Diagnose- und Behandlungskonzept. Störungen und Bewegungseinschränkungen des Bindegewebes und der Gelenke können Symptome auch an anderen Organen und Körperregionen auslösen. Das stört die Funktion des Körpers in seiner Gesamtheit, die Selbstheilungskräfte werden eingeschränkt.

Die Osteopathie versucht, mittels geeigneter Behandlungen die körperliche Einheit wieder herzustellen und die eingeschränkten Selbstheilungskräfte zu mobilisieren.

Dabei können auch Störungen außerhalb des Bewegungsapparates behandelt werden. Osteopathie bietet eine schonende, alternative Behandlung für Viele, die konventionelle Therapien ablehnen oder bei denen diese nicht zum gewünschten Ergebnis geführt haben.

Die Osteopathie unterliegt dem Heilpraktikergesetz und wird gegenwärtig von den gesetzlichen Krankenkassen nicht bezahlt.



*Ins Gleichgewicht bringen,
Wohlfühlen finden.*

Reflektorische Atemtherapie

Die reflektorische Atemtherapie ist ein ganzheitliches Behandlungskonzept.

Die unterschiedlichen Regulationssysteme des Körpers werden über gezielte manuelle Griffe beeinflusst. Die Muskeln und Faszien, die Strukturen der Wirbelsäule, das Nervensystem, Triggerpunkte, Meridiane sowie Reflex- und Bindegewebszonen werden behandelt. Das Zwerchfell wird stimuliert und die individuellen Atembewegungen erweitert.

Im Verlauf einer Behandlung wird der ganze Körper mit einbezogen und eine reflektorische Atemreaktion in Gang gesetzt. Die vegetative Eigenregulation wird angeregt und die Selbstheilungskräfte gestärkt.

*Bewegung ist Leben –
Leben ist Bewegung*

Pilates – Bewegung mit Qualität

Pilates ist ein gezieltes Training zur Kräftigung der Tiefenmuskulatur und Verbesserung von Mobilität und Haltung.

Im Mittelpunkt stehen kontrollierte Bewegungen, welche durch eine bewusste Atmung ergänzt werden. Die Kraft entsteht dabei in dem sogenannten „Powerhouse“, dem Kraftzentrum und Mittelpunkt unseres Körpers.

In unserer Praxis setzen wir Pilates vor allem präventiv ein, um Gesundheit nachhaltig zu fördern und langfristig fit und beweglich zu bleiben.

Yoga

Yoga ist ein ganzheitliches Übungssystem aus Indien. Ziel ist es, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

In unserer Physiotherapie konzentrieren wir uns auf die Asanas (Körperübungen) für Kraft, Beweglichkeit und Gleichgewicht.

Yoga kann den Blutdruck regulieren und körperliche Beschwerden lindern.

Kraftzirkel

Kraftzirkel ist ein Zirkeltraining für Kraftausdauer, Fettverbrennung und Kondition.

Man durchläuft mehrere Kraftstationen für verschiedene Muskelgruppen. Entweder mit Kleingeräten (Hanteln, Kettlebells u.a.) oder dem eigenen Körpergewicht.

Dieses Training wirkt sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System aus.