

RÜCKEN

KOMPETENZ-ZENTRUM

Dr. WOLFF[®]
SPORTS & PREVENTION



**12 Monate – mit
spürbarem Erfolg!**

**Das RÜCKEN-
Intensiv-Programm**

NEU ab März 2019

– sichern Sie sich einen von
nur 40 Startteilnahmeplätzen

RÜCKEN

KOMPETENZ-ZENTRUM

Dr. WOLFF[®]
SPORTS & PREVENTION

Das 12 Monate Rücken-Intensiv-Programm:



PHASE 1 · Der Einstieg

Umfassende Eingangsanalyse und segmentale
Stabilisation der Lendenwirbelsäule

PHASE 2 · Der Aufbau

Ausgleich muskulärer Dysbalancen
der Rumpfmuskulatur

PHASE 3 · Der Fortschritt

Schulung alltagsnaher Übungen

PHASE 4 · Das Ziel

Erlernen freier und funktioneller Übungen



PHYSIOTHERAPIE
AM PAULINEN
PARK

Physiotherapie am Paulinenpark
Bahnhofstraße 43 · 99510 Apolda
Telefon: 03644 5149400
info@physio-paulinenpark.de
www.physio-paulinenpark.de