

physio balance

PRÄVENTION

Neue Präventionskurse im Bereich Bewegung und Entspannung in der physio balance:

Wir empfehlen unser Präventionsangebot allen Menschen, die Lust haben, sich und ihrem Körper etwas Gutes zu tun oder begleitend zu Ihrer Physiotherapie, um den Effekt zu verstärken oder im Anschluss an die Therapie, um das Ergebnis langfristig zu erhalten.



Ihre Krankenkasse übernimmt anteilig die Kosten für die Prävention.

PHYSIO BALANCE IM GESUNDHEITZENTRUM AM FENNPFUHL
MONTAGS–DONNERSTAGS 7–20 UHR · FREITAGS 7–17 UHR

www.physiobalance.berlin

Telefon 030-97606662

Unser Kursangebot zur Prävention

Sturzprophylaxe

Für ein besseres Gleichgewicht

Mobility/ Beweglichkeit

Für mehr Beweglichkeit

Yoga

Für mehr Entspannung und Achtsamkeit

Pilates

Für mehr Rumpfstabilität

Rückenfit

Mit guter Körperwahrnehmung die eigene
Wirbelsäule besser kennenlernen

Autogenes Training

Für mehr Tiefenentspannung



Für Fragen und Anmeldung erreichen Sie uns per E-Mail unter:
praevention@physiobalance.berlin

[physiobalance.berlin/praevention](https://www.physiobalance.berlin/praevention)