

Mit dem Physiopark sind Sie auf dem besten Weg zum Ziel.

Ob Stadt- oder Arbermarathon, Leukämie-Lauf, Triathlon oder Ihr ganz individuelles Ziel: ein Wettkampf stellt eine große Herausforderung dar, bei der Sie sowohl physisch als auch psychisch an Ihre Grenzen kommen. Nur durch optimale Trainingsvorbereitung kann dieses besondere Ziel erreicht werden. Und zwar so, dass Sie nicht einfach nur „durchkommen“, sondern gesund ans Ziel gelangen. Wir bieten Ihnen diese professionelle Vorbereitung an.

Leistungsdiagnostik

Grundlage ist die Leistungsdiagnostik sowie die Trainingssteuerung. Hier kooperieren wir mit einem erfahrenen Leistungsdiagnostiker und Sportmediziner.

Training der spezifischen Muskulatur

Neben dem Ausdauertraining spielt für das Wettkampfergebnis und die Verletzungsprophylaxe auch das spezielle Training wichtiger Muskelgruppen eine enorme Rolle. Wir bieten Ihnen in unserem Trainingsraum ein auf das Ausdauertraining abgestimmtes Programm.

Sport-Physiotherapie

Wir begleiten Sie auch physiotherapeutisch: Massagen, (Kinesio-)Taping, physikalische Therapie und das gesamte Spektrum des Physioparks stehen Ihnen zur Verfügung. Wir sind in der Vorbereitung sechs Tage die Woche für Sie zu erreichen und stehen auch am Wettkampftag für Sie persönlich an der Strecke!

Laufanalyse

Wie läuft's? Das sagt Ihnen Andreas Diehl, Physiotherapeut und Personal Trainer. Mit einer Highspeed-Video-Laufanalyse bringt er Sie in die richtige Spur!



Physiopark
LIESCHKE | OBERMÜLLER



Wir machen Sie eisenhart!

**PROFESSIONELLE WETTKAMPF-VORBEREITUNG
FÜR JEDERMANN**

Wir sind für Sie da – unsere Öffnungszeiten:

Mo. – Do.: 7:00 Uhr – 20:00 Uhr, Fr.: 7:00 Uhr – 17:00 Uhr
Sa.: nach Vereinbarung

Im Gewerbepark B 20 | 93059 Regensburg

Telefon: 0941 - 60 71 58 - 0 | Fax: 0941 - 60 71 58 - 11
E-Mail: info@physiopark-regensburg.de

www.physiopark-regensburg.de



Unser Angebot:

Betreuung am Wettkampftag

10 Minuten Vorwettkampf-Massage, Akutversorgung, (Kinesio-) Taping, 1 Stunde Nachbehandlung am Wettkampftag (inkl. optionalem Transfer in den Physiopark): 45,- €

Angebots-Pakete:

Training im Physiopark

Eine Trainingseinheit beinhaltet:

- begleitendes Krafttraining für Triathleten, am Ausdauertraining orientiert
- Erstellung eines individuellen Kraft-Trainingsplans
- Beratung, aufbauend auf der Leistungsdiagnostik und Trainingsplanung in Kooperation mit einem Sportmediziner.

Physiotherapeutische Behandlung

20 Minuten Behandlung bei einem Physiotherapeuten

Inhalt: Physiotherapeutische Behandlung, Massage, (Kinesio-) Taping, Physikalische Therapie etc.

3 Monatsprogramm, (je 13 Einheiten)

89,- € Training

159,- € physiotherapeutische Behandlung

Gesamt-Paket: 239,- €

6 Monatsprogramm (je 26 Einheiten)

175,- € Training

299,- € physiotherapeutische Behandlung

Gesamt-Paket: 469,- €

inkl. Wettkampfnachbetreuung (1 Stunde Behandlung am Wettkampftag)

einzelne Physiotherapie-Einheit (20 Minuten): 19,50 €

einzelne Massage (30 Minuten): 23,00 €

