



UKE

HAMBURG

Praxis für Physiotherapie

Wir bringen Sie in Bewegung

Neues Kursangebot

WAS HÄLT DIE WIRBELSÄULE GESUND?

- Vier Termine in einer Kleingruppe
- Montags 10.06./17.06./24.06./01.07.
- 15.30 bis 16.30 Uhr
- 60 Euro/Kurs – UKE-Mitarbeiter:innen zahlen 56 Euro/Kurs

Ambulanzzentrum des UKE
Praxis für Physiotherapie
Spectrum am UKE | Gebäude W20, Eingang B, 1. OG
Martinistraße 64, 20246 Hamburg
Telefon: +49 (0) 40 7410 - 53684
E-Mail: praxis.physiotherapie@uke.de



uke.de/praxisphysiotherapie

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Was hält die Wirbelsäule gesund?

Eine Wirbelsäule soll ein Leben lang halten – wird aber oft unbewusst grob behandelt. Sie leiden unter Rückenbeschwerden und fragen nach der Ursache und danach, was Sie tun können, um Beschwerden zu lindern und Ihre Wirbelsäule gesund zu erhalten? Dann sind Sie bei uns richtig! In einer Kleingruppe betrachten wir die Wirbelsäule im Gesamtkontext des Organismus. Gemeinsam sprechen wir über typische Ursachen von Wirbelsäulenproblemen. Wir zeigen Ihnen, an welchen Unbeweglichkeiten Sie arbeiten können und wie eine sinnvolle Stabilisierung und auch Dynamisierung Ihrer Wirbelsäule funktioniert. Übungen zur Entlastung der Wirbelsäule, zur Haltung und zur Stärkung der Muskulatur runden das Programm ab..

Melden Sie sich noch heute für unseren Kurs an –
wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team der Praxis für Physiotherapie im UKE