

**GESUND TRAINIEREN.**  
Medizinische Trainingstherapie im centrovital.



## Trainieren Sie sich gesund.

Im Anschluss an Ihre ambulante Reha/AHB oder Physiotherapie besteht mit der **“10er/20er-Karte Medizinische Trainingstherapie (MTT)“** die Möglichkeit, den erworbenen Therapieerfolg dauerhaft zu erhalten und weiter zu verbessern. Selbstverständlich können Sie auch ohne ärztliche Verordnung ein vorbeugendes Training absolvieren.

### Warum:

- Verbesserung von Kraft, Ausdauer und Koordination
- Zur Förderung der Elastizität, Beweglichkeit und Stabilität
- Steigerung des Wohlbefindens

### Wann:

- Bei Rückenproblemen oder anderen orthopädisch-traumatologischen Krankheitsbildern
- Nach Krankheit oder Unfall
- Vor geplanten oder nach erfolgten Operationen
- Als Vorsorgemaßnahme zur Erhaltung und Stärkung der Gesundheit und des Wohlbefindens

### Ihre Vorteile:

- Training an modernsten Geräten
  - Unter fachkundiger Anleitung wird ein persönlicher Trainingsplan erstellt und von Sport- und Physiotherapeuten begleitet
  - Sie profitieren von einer interdisziplinären Zusammenarbeit unter einem Dach: Arzt – Physiotherapeut – Sporttherapeut
- Und das alles in einem angenehmen und freundlichen Ambiente.

**Erhältlich als 10er- und 20er-Karte.** Bitte fragen Sie unsere Therapeuten oder Empfangsmitarbeiter. Wir beraten Sie gern!

centrovital Gesundheitszentrum  
Neuendorfer Straße 25  
13585 Berlin  
Tel.: +49/30/818 75-160  
Fax: +49/30/818 75-157  
gesundtrainieren@centrovital-berlin.de  
www.centrovital-berlin.de  
centromed Berlin-Spandau Betriebs GmbH & Co. KG

