



Intensive Therapiewoche

Aufgrund vieler Anfragen aus Orten, die weit weg vom Praxisstandort liegen, besteht nun für alle, die weit weg wohnen, die Möglichkeit einer intensiven Therapiewoche. – Fünf Tage nur für Ihre Gesundheit! Ein Kurzurlaub mit „Kur“-Aspekt.

Themen:

Anwendungen bei Beschwerden des Bewegungsapparats und Folgebeschwerden
Anwendungen bei Stress/Stressfolgen

zu den Anwendungen bei bestimmten Erkrankungsbildern können Sie für nähere Informationen gerne vorab telefonisch Auskunft erhalten.

Termine/Inhalte:

Tag 1	Gespräch, Untersuchung, Behandlung (Antischmerz oder Antistress)	ca. 120 Minuten
Tag 2	individuelle Körperübungen individuell; Beratung zu Ernährung	ca. 2x 60 Minuten
Tag 3	Gespräch, Anwendung Antistress	ca. 30 + 60 Minuten
Tag 4	Übungen individuell;	ca. 60 Minuten
Tag 5	Anwendung Antischmerz oder Antistress Abschlussgespräch	ca. 60 Minuten ca. 45 Minuten

Die Gebühren richten sich bei Selbstzahlern nach dem Zeitfaktor. Privat Versicherte können die Rechnung über die Therapien bei ihrer Versicherung einreichen. Eine Übernahme kann jedoch nicht garantiert werden.

Nachdem Sie die Termine dafür in meiner Praxis vereinbart haben und sich um eine Unterkunft in Erding gekümmert haben (hierzu kann ich Ihnen gerne Tipps geben), erhalten Sie per Post einen Anmeldebogen, sowie einen Anamnesebogen.

Beides schicken Sie mir bis 1 Woche vor Beginn der Intensiven Therapiewoche als verbindliche Anmeldung zurück. Vor Antritt Ihrer Therapie kann ich Ihren Anamnesebogen bearbeiten, hierfür wird eine Bearbeitungsgebühr erhoben.

Terminbuchung

- Jederzeit buchbar, am Praxisstandort Erding ganzjährig (Urlaubszeiten der Praxis ausgenommen); Therapieplätze sollten jedoch rechtzeitig reserviert werden
- Ideal zum Abschalten, wie eine kleine ambulante „Kur“
- Bei Bedarf natürlich verlängerbar auf 14 Tage (am Wochenende jedoch keine Therapie), auch mehrere Intervalle im Jahr möglich (sinnvoll z.B. bei chronischen und hartnäckigen Beschwerden)
- Verpflegung und Unterkunft organisieren Sie ebenfalls selbst, auch diese sind in den genannten Gebühren nicht inbegriffen.
- Für alle Versicherungen, die Ihrer persönlichen Sicherheit dienen (Unfallversicherung etc.) tragen Sie selbst die Verantwortung



- Mit wunderschönem Freizeitprogramm kombinierbar (siehe Empfehlungen/Ausflüge), das Freizeitprogramm gestalten und organisieren Sie selbst, es ist in den Behandlungsgebühren nicht inbegriffen, Vorschläge:



- Burg Trausnitz in Landshut, nur ca. 30 Autominuten entfernt – auf jeden Fall einen Besuch wert! (www.burg-trausnitz.de)
 - Wildpark Poing – die Seele baumeln lassen im wunderschön angelegten Wildpark (www.wildpark-poing.net)
 - München – Botanischer Garten, Stadtparks, Bummeln in der Innenstadt etc. (<http://www.muenchen.de/freizeit/ausfluege.html>)
 - Walderlebnispfad Freising mit Barfußpfad (<http://www.walderlebnispfad-freising.de/>)
 - Flughafen München Besucherpark mit Spielplatz und Restaurant <http://munich-airport.de>
 - Innenstadt Erding mit schönen Cafés und Boutiquen
 - Stadtpark Erding mit kleinem Tiergehege und vielen schönen Sitzgelegenheiten direkt am Wasser
- Die Praxis für Naturmedizin behält sich vor, die Termine nach ihren zeitlichen Möglichkeiten zu vergeben, d.h., sollte zu einem von Ihnen gewünschten Zeitpunkt kein Termin für eine Intensivwoche zu finden sein, so kann kein Erfüllungsanspruch diesbezüglich gestellt werden.

Hinweise zur Therapiewoche:

Gebühren

- Privat Versicherte können die Rechnung über die Therapiestunden bei Ihrer Versicherung einreichen. Die Kosten werden von privaten Krankenversicherungen vollständig oder anteilig übernommen, in manchen Fällen jedoch auch nicht. Dies ist abhängig von der individuellen Krankenversicherung. Bitte besprechen Sie dies im Zweifelsfall vor Antritt der Therapiewoche mit Ihrer Versicherung. Die meisten privaten Krankenversicherungen übernehmen nur den Mindestsatz, manchmal jedoch nicht einmal diesen! Manche Gebührensätze müssen jedoch zum Höchstsatz abgerechnet werden.
- Für Patienten ohne private Versicherung oder Zusatzversicherung sind die anfallenden Gebühren reine Selbstzahlerleistungen, aus diesem Grunde sind die Gebühren für die Körpertherapien preisgünstiger gehalten.
- Die Therapieeinheiten sind täglich in Bar nach jeder Behandlung zu zahlen, auch bei privat Versicherten. Sie erhalten eine Quittung vor Ort, bzw. im Anschluss an die Therapiewoche eine Rechnung per Post.

Absagen

- Die gebuchten Therapiestunden sind in meiner Bestellpraxis nur für Sie ganz persönlich reserviert, eine kurzfristige Absage ist daher nicht möglich. Da Sie für eine ganze Woche jeden Tag Stunden reservieren **wird bei einer Absage unter einer Woche vor Antritt der Therapieserie die Hälfte der gesamten Gebühren für die gebuchte Therapiewoche in Rechnung gestellt.**

Anamnesebogen vorab

- Sie erhalten mit dem Anmeldeformular auch einen Anamnesebogen vorab per Post, den Sie bis 1 Woche vor Antritt Ihrer Intensivtherapiewoche ausgefüllt, zusammen mit den ebenfalls ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldeformularen. Für die Bearbeitung des Anamnesebogens stelle ich 30 EUR in Rechnung.



Therapien

• **Körpertherapie**

- 60 Minuten Körpertherapie beinhalten auch Zeit für ein kurzes Gespräch, sowie Ihre Zeit zum Umkleiden sowie ggf. Nachruhezeit.
- Liegt Ihr Thema im Schmerzbereich, so erhalten Sie 2 Sitzungen „Anti-Schmerz“ sowie eine Sitzung „Anti-Stress“,
- haben Sie den Wunsch, nur zu entspannen, so erhalten Sie 3 Sitzungen „Anti-Stress“ in Ihrer Therapiewoche.
- Die **Körpertherapie Anti-Schmerz** geht insbesondere auf Schmerzen am Bewegungsapparat ein, die effektive Kombination verschiedener Methoden berücksichtigt dabei Ihre Gelenke, Muskeln und Sehnen sowie die inneren Strukturen des Körpers. Trinken Sie genügend vor und nach der Therapie, ein Solebad kann den Prozess unterstützen und einem therapiebedingten Muskelkater entgegenwirken.
- Die **Körpertherapie Anti-Stress** geht auf den Stress ein, der Schmerzen einerseits verursachen kann, andererseits führen ständige Schmerzen natürlich zu Stress.
- Die Körpertherapie geht sehr tief ins Gewebe, natürlich an Sie angepasst. Es können jedoch Muskelkater, Erstverschlimmerungen und Müdigkeit auftreten. Der Organismus erhält Impulse, die er erst einmal verarbeiten muss. Sie können den Therapieeffekt unterstützen - bitte beachten Sie, dass Sie nach der Körpertherapie



- sich Ruhe gönnen – oft zeigt nun der Körper ganz klar, dass er nun Schlaf und Erholung braucht – geben Sie dem nach und steuern Sie nicht mit einer Tasse Kaffee dagegen!
- keine schweren Lasten heben oder tragen
- keinen Sport betreiben – Ihr Körper möchte die in der Therapie gegebenen Impulse in Ruhe verarbeiten dürfen; besser ist ein ruhiger Spaziergang ohne jeden Leistungsdruck in der Natur.
- keinen stressigen Termin wahrnehmen – besser nach einer kleinen Ruhepause einen schönen Ausflug machen
- sich leichte, gesunde Kost gönnen
- viel freies Wasser trinken (sofern gesundheitlich nichts dagegen spricht!)

• **Ernährungs/Einkaufsberatung**

- Auf Basis des Anamnesebogens sowie der Anamnese berate ich Sie hinsichtlich der für Sie günstigen Ernährungsweise.

• **Körperübungen**

- Die Körperübungen beinhalten aktive Übungen auf der Matte, persönlich auf Sie abgestimmt, für das Weiterüben zu Hause, als auch „passive“ Übungen, bei denen Sie auf der Therapieliege mit Unterstützung der Therapeutin Übungen durchführen.

Ich freue mich, Sie bei Ihrer ganz persönlichen intensiven Therapiewoche begrüßen und begleiten zu dürfen!

