



ZEITSCHRIFT
FÜR **PHYSIO**
THERAPEUTEN

78. Jahrgang
Februar 2026



DIE
RACHE
DES
ACHILLES



 **iprax**
Ihre Praxis-Software
mit Zufriedenheitsgarantie

Weitere Infos unter www.iprax-systems.com

physiotherapeuten.de

AUTORENABDRUCK

An die Wand trainiert

Multifunktionales Training – flexibel, individuell, alltagsnah

Ein Beitrag von Jill Spalt

Klar strukturierte Übungen, die Erfolge sichtbar machen. Und das in jeder Reha-Phase und bei komplexen Patientengruppen. Das Evangelische Krankenhaus Göttingen-Weende, das St. Elisabeth Krankenhaus Eutin, das Krankenhaus Lindenbrunn und das Kreisklinikum Siegen berichten, warum funktionelles Training ein fester Bestandteil moderner Therapie ist.



In der medizinischen Rehabilitation gewinnt funktionelles, vielseitiges Training immer mehr an Bedeutung. Kliniken sehen sich zunehmend mit komplexen Patientengruppen konfrontiert: geriatrische Rehabilitanden mit Multimorbidität, Patienten mit neurologischen Erkrankungen oder funktionellen Bewegungseinschränkungen nach chirurgischen Eingriffen. Gefragt sind Therapieformen, die individuell anpassbar, effizient und motivierend zugleich sind.

Für Eilige

Multifunktionales Training fördert individuelle, alltagsnahe Rehabilitation, steigert Motivation und Therapieerfolg, entlastet Therapeuten durch Struktur und Variabilität und stärkt mit Trainingswänden die Effizienz und Kreativität in modernen Reha-Konzepten.

Multifunktionale Trainingssysteme, insbesondere multifunktionale Trainingswände bieten hier eine vielversprechende

Lösung. Sie vereinen verschiedene therapeutische Anwendungen in einem einzigen System, von Kraft- und Gleichgewichtstraining über Mobilisation und Dehnung bis hin zu kognitiver Aktivierung. Entscheidend dabei, diese Geräte ersetzen keine Therapie, sie unterstützen die Arbeit erfahrener Therapeuten und ermöglichen eine strukturierte, funktionelle Arbeit, mit echtem Bezug zum Alltag der Patienten.

Individuell anpassbar und für jede Reha-Phase geeignet

Das Konzept multifunktionalen Trainings lebt von seiner Anpassungsfähigkeit. Ob im Sitzen, Stehen oder in Bewegung, Übungen lassen sich auf Fähigkeiten, Einschränkungen und Therapieziele abstimmen, stellen die Mitarbeiter des Evangelischen Krankenhauses Göttingen-Weende, fest. In der neurologischen

Frührehabilitation unterstützen die Systeme im Krankenhaus Lindenbrunn z. B. bihemisphärisches Arbeiten, Hand-Augen-Koordination und Bewegungsplanung. In der Geriatrie werden sie gezielt für Sturzprophylaxe, Mobilität und Kraftaufbau eingesetzt, häufig in Verbindung mit klassischen Hilfsmitteln wie Therapiebändern oder Balance-Pads.

Auch bei orthopädischen oder chirurgischen Patienten werden diese Trainingssysteme zur Bewegungserweiterung und funktionellen Stabilisierung eingesetzt. In der Schmerztherapie helfen sie, mit kontrollierbarer Belastung und motivierendem Setting, Blockaden zu lösen und Bewegungsfreude zurückzugewinnen.

Therapie, die Spaß macht

Alle vier befragten Kliniken, aus Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen und Schleswig-Holstein, bestätigen: Multifunktionelles Training motiviert. Patienten erleben durch klar strukturierte Übungen sichtbare Fortschritte und entwickeln ein starkes Gefühl von Selbstwirksamkeit, so die Mitarbeiter aus dem Kreisklinikum Siegen. Besonders ältere Menschen, die zunächst skeptisch auf neue Therapieformen reagieren, zeigen oft nach wenigen Einheiten Begeisterung: „Das macht Spaß! Und ich merke, dass ich etwas kann.“

„Und ich merke,
dass ich etwas kann.“

Diese positive emotionale Rückkopplung steigert nicht nur die Therapietreue, sondern auch den Therapieerfolg. Vielfältige Übungsvarianten und alltagsrelevante Bewegungsaufgaben sorgen für Abwechslung, auch bei zweiwöchigen stationären Aufenthalten.

Struktur für Teams und Entlastung im Alltag

Für das Therapeutenteam bieten die multifunktionalen Trainingssysteme mehrere Vorteile. Sie schaffen Struktur, sparen Vorbereitungszeit und lassen sich leicht in bestehende Abläufe integrieren. Im St. Elisabeth Krankenhaus Eutin wird z. B. eine multifunktionale Trainingswand gezielt im Rahmen einer neu eröffneten Station eingeführt, verbunden mit einer Schulung und einem begleitenden Übungshandbuch. Die Kombination aus intuitiver Handhabung und strukturierter Anleitung senkte die Einstiegshürde deutlich.

In anderen Kliniken wurde mit kleinen Systemlösungen begonnen, die nach erfolgreicher Integration erweitert werden. Das multifunktionale Training wird sowohl in der Einzel- als auch Gruppentherapie eingesetzt. Häufig auch als Station im Zirkeltraining, insbesondere im Bereich der Bewegungstherapie und Sturzprophylaxe. >>



**Bring dein
Büro in
Bewegung**

HALLO ARBEIT ist ein deutschlandweites Netzwerk rund um die Arbeitswelt von morgen. Entdecke unsere Veranstaltungsreihe – buchbar unter www.halloarbeit.de.



[https://www.linkedin.com/
company/hallo-arbeit](https://www.linkedin.com/company/hallo-arbeit)



[https://www.instagram.com/
halloarbeitsonline/](https://www.instagram.com/halloarbeitsonline/)

Vielfalt trifft Alltagstauglichkeit

Besonders betont wird von allen Einrichtungen die hohe Variabilität bei gleichzeitig geringem Platzbedarf. Neben klassischen multifunktionalen Übungsstationen arbeiten alle Kliniken zusätzlich mit multifunktionalen Trainingswänden. Durch die Wandmontage sind sie raumsparend konzipiert, lassen sich zügig an individuelle Situationen anpassen und benötigen keine aufwändige Infrastruktur.

„Was bleibt, ist ein nachhaltiger Mehrwert für Patienten, Fachkräfte und Einrichtungen gleichermaßen.“

Das St. Elisabeth Krankenhaus berichtet von einem Zuzug an Kreativität im Team: Altbekannte Hilfsmittel wie Therabänder oder Gewichtsmanschetten werden neu eingebunden. Therapeuten entwickeln neue Übungsformate, und der interdisziplinäre Austausch wird gefördert.

Ergänzung, nicht Ersatz – Therapie bleibt persönlich

Wichtig ist allen vier Kliniken: Diese Systeme sind kein Ersatz für das klassische, persönliche Arbeiten. Vielmehr erweitern sie den therapeutischen Spielraum. Sie schaffen eine neue Ebene der Strukturierung, ermöglichen gezielte Progression und unterstützen das Team dabei, heterogene Gruppen mit individueller Zielsetzung zu versorgen.



Multifunktionales Training kann individuell gestaltet werden.

Die hohe Akzeptanz bei Therapeuten und Patienten spricht für sich. Gerade in Zeiten wachsender Anforderungen, Personalknappheit und steigender Patientenzahlen können solche Systeme helfen, Ressourcen besser zu nutzen, ohne dabei an Qualität einzubüßen.

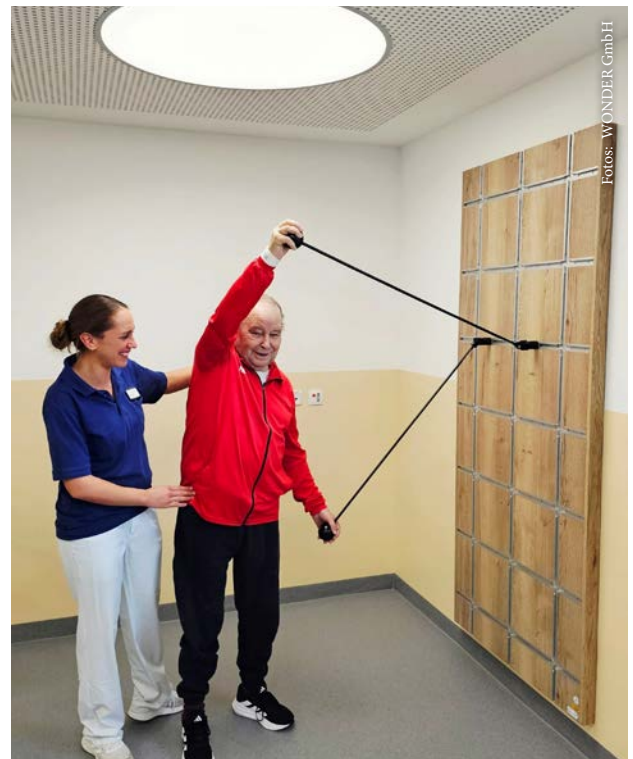
Fazit

Multifunktionales Training und dieses durchgeführt an multifunktionalen Trainingswänden, ist mehr als das Training an üblichen Geräten. Es ist der Impulsgeber für moderne Reha-Arbeit. Es verbindet therapeutisches Wissen mit funktioneller Anwendung, stärkt die Eigenaktivität von Patienten, entlastet gleichzeitig den Alltag der Behandelnden und lässt deren Kreativität zu.

Die vier Kliniken zeigen: Mit einem durchdachten Einführungskonzept, praxisnaher Schulung und Offenheit im Team gelingt die Integration schnell. Was bleibt, ist ein nachhaltiger Mehrwert für Patienten, Fachkräfte und Einrichtungen gleichermaßen. ●

Teilnehmende Krankenhäuser

- St. Elisabeth Krankenhaus Eutin in Schleswig-Holstein
- Evangelisches Krankenhaus Göttingen-Weende in Niedersachsen
- Krankenhaus Lindenbrunn in Niedersachsen
- Kreisklinikum Siegen in Nordrhein-Westfalen



Das Training kommt bei Therapeuten und Patienten gleichermaßen gut an.