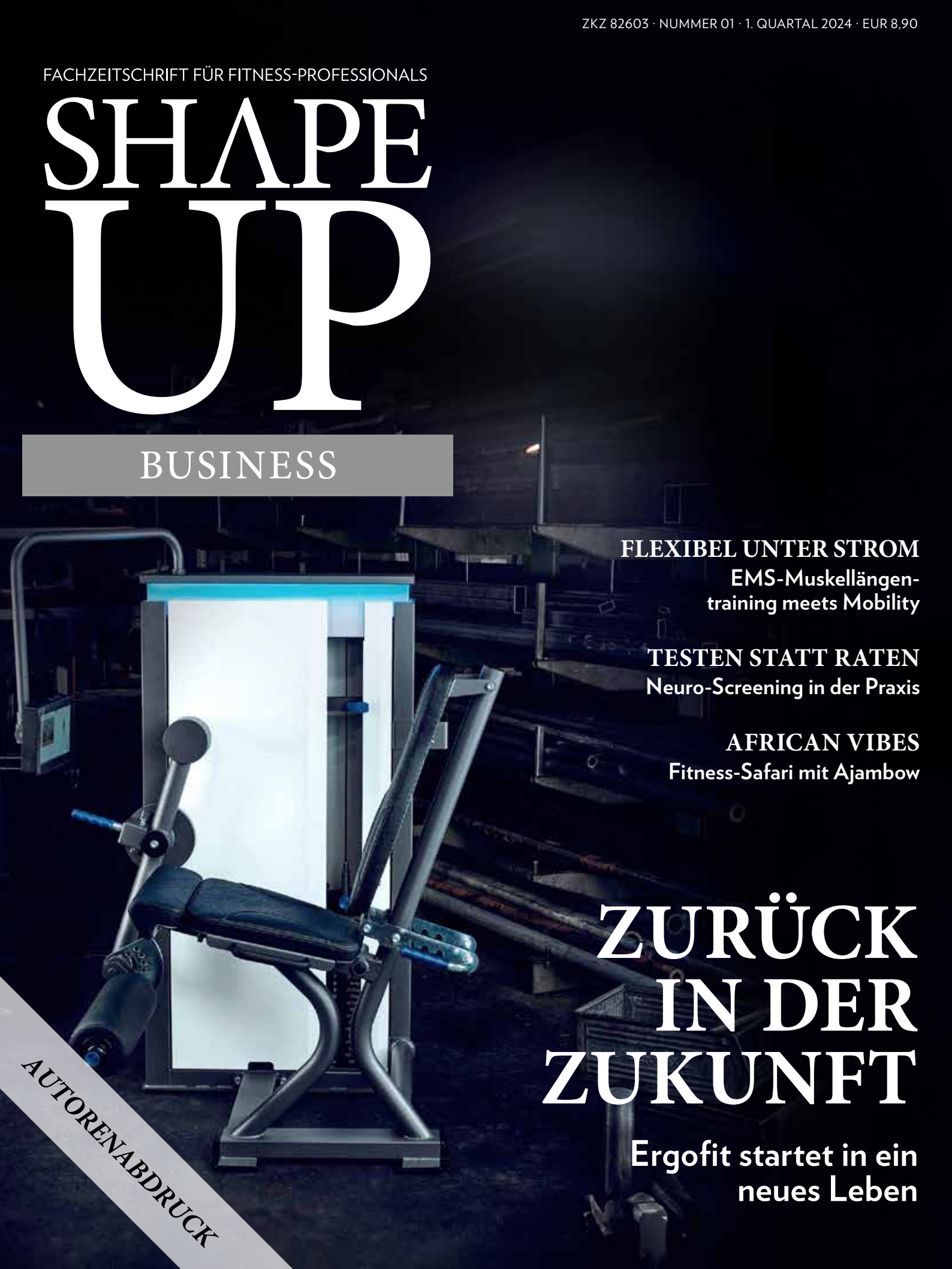
ZKZ 82603 · NUMMER 01 · 1. QUARTAL 2024 · EUR 8,90

FACHZEITSCHRIFT FÜR FITNESS-PROFESSIONALS

SHAPE UP

BUSINESS



FLEXIBEL UNTER STROM
EMS-Muskellängen-training meets Mobility

TESTEN STATT RATEN
Neuro-Screening in der Praxis

AFRICAN VIBES
Fitness-Safari mit Ajambow

ZURÜCK IN DER ZUKUNFT

Ergofit startet in ein neues Leben

AUTORENABDRUCK

Abb.: WONDER GmbH

FUSION VON THERAPIE UND FITNESS

DAS THERAPIEZENTRUM THOMAS BEHANDELT GANZHEITLICH

Daniel Thomas macht sich die Gesundheit seiner Patienten zum persönlichen Anliegen. Nach einiger Umstrukturierung und dem Umzug in das neue Therapiezentrum auf 735 qm in der Hildegard-von-Bingen-Straße 11 in Weyhe kann er diesem Anliegen nun noch besser nachkommen. Ein Best-Practice-Beispiel für die gelungene Fusion von Therapie und Fitness.

Mit der „Physiotherapie Thomas" geriet Daniel an seine Grenzen des Schaffens. Die Notwendigkeit der Aktivierung von Patienten war hier aus räumlichen Gründen nicht mehr gegeben. Ein Plan musste her. So erwarb Daniel 2020 735 qm Erdgeschoss-Fläche in dem Neubauprojekt in Weyhe und erweiterte sein Leistungsportfolio massiv.

Neben umfangreichen Übungs- und Trainingsstationen für die ganzheitliche Physiotherapie schuf er ein ausgedehntes Fitnesstrainingsangebot. Ganzheitlich sollte es sein, ein Wort, das für viele schon abgedroschen klingt. Das ist hier nicht nur so daher gesagt, sondern wird gelebt. Im Rahmen der ganzheitlichen Versorgung bietet Daniel sonstige Leistungen in seinem Zentrum an:

- Personal Training
- Prävention
- betriebliche Gesundheitsförderung
- Osteopathie
- Ernährung (u.a. auch Mikrobiom-Beratung)
- Salzgrotte (klassich, Inhalation, Haut)

Jill Spalt
Sie ist Diplom Betriebswirtin und seit 15 Jahren als Beraterin in Bezug auf betriebswirtschaftliche Themen in der Gesundheitsbranche tätig und ist Geschäftsleitung der Wonder GmbH.
j.spalt@wonder.gmbh

JEDER KOMMT AUF SEINE KOSTEN

Das Ziel der Behandlungen muss, laut der Aussage von Daniel Thomas, ein Therapieerfolg sein, der den Patienten zu mehr

Abbildung 1: Komplexe Wonderwall-einheiten schmücken den Raum.

Abbildung 2: Auch ein Traversensystem ist vorhanden.

Lebensqualität verhilft. Patienten und Trainierende sollen Freude an Aktivität und einem daraus verbesserten Gesundheitszustand haben.

Mit diesem Gedanken hat er sich lange intensiv beschäftigt und über mögliche nutzbringende Leistungen in seiner neuen Einrichtung nachgedacht. Die Aufgabe bestand darin, gleichermaßen eine Stätte der Gesundheit und Aktivität gleichermaßen für „Nicht-Aktive" sowie aktive Menschen und Sportler zu schaffen. Dementsprechend hat er die Therapie- und Trainingssysteme so ausgewählt, dass sowohl Akutpatienten als auch Freizeit- und Leistungssportler auf ihre Kosten kommen. Vom Zirkel über Multifunktionsgeräte, Koordinationskonzepte, bis hin zur Wonderwall, der multifunktionellen Trainingswand, ist in Bezug auf das Thema Bewegung alles geboten.

FUNKTIONELLES TRAINING IM FOKUS

Das funktionelle Training steht auf der Bewegungsfläche im Vordergrund. Daniel und sein Team legen großen Wert darauf, dass Patienten im Rahmen der Behandlung durch die Betreuung im Therapiezentrum wieder an klassische Alltagsbewegungen herangeführt werden und diese zukünftig problemlos, schmerzfrei und allein durchführen können.

Dies sollte nach Daniels Auffassung nicht erst im Rahmen von Krankengymnastik am Gerät, Rezepten oder Präventionskursen geschehen. Wichtig ist, Patienten, für die Bewegung förderlich ist, gleich im Rahmen der krankengymnastischen Behandlung (KG) damit anzufreunden. Denn beinhaltet KG „Krankengymnastik" durch das Wort „Gymnastik" nicht schon Bewegung? Warum legen sich Patienten auf die Behandlungsbank und warten, dass sie passiv behandelt werden? Und beginnt hier nicht eine Endlosschleife? Mit diesen Fragen hat sich Daniel viel beschäftigt und fand die für ihn perfekte Lösung. Er wollte ein vielseitig einsetzbares Tool, welches nicht viel Platz wegnimmt und den gleichen Stellenwert wie die Behandlungsbank einnimmt. Die Wonderwall kannte er bereits und hatte schon immer mit dem Trainingssystem geliebäugelt. Nun war es soweit und er bestückte einige Behandlungsräume mit 60 cm großen Modulen. Da dem Trainingssystem durch seine Modularität keine Grenzen gesetzt sind, stattete er auch die „Medizinische Trainingstherapiefläche" und den Kursraum mit komplexen Wonderwalleinheiten samt Traversensystem aus.

DER BEHANDLERALLTAG MIT NEUEM GESICHT

Die Expertise des Therapeuten, Sportwissenschaftlers oder Trainers ist – ganz ohne Chip, Stecker und Bluetooth – gefragt, um im Rahmen der Therapie und im Training auf der „Medizinischen Trainingstherapiefläche" die Trainierenden bestmöglich entsprechend derer individuellen Bedürfnissen zu betreuen.

Hierbei setzen Daniel und sein Team die Wonderwall und ihre Trainingsapplikationen, als Medizinprodukte, bereits in der KG-Behandlung im Behandlungsraum und

STECKBRIEF „THERAPIE-ZENTRUM THOMAS"

Umzug: 1.10.2023

Größe gesamte Einrichtung: 735 qm

Selbstzahlerbereich und MTT: 265 qm

Physiotherapie-Behandlung: 300 qm; 8 Räume

Heilpraktiker-Behandlung: 100 qm; 3 Räume

Salzgrotte: 70 qm; 3 Räume

Anzahl Mitarbeiter gesamt: 18

Anzahl Therapeuten: 13

auf der „Medizinischen Trainingstherapiefläche“ ein. Mithilfe der Applikationen zum Triggern, Dehnen, Faszientraining und unter Einsatz des Multihakens für das Krafttraining können alle notwendigen Übungen der krankengymnastischen Behandlung abgebildet werden. „Ich kann auf kleinstem Raum alle relevanten Trainingsbereiche wie Drücken und Ziehen, Aufrichten und Beugen, Rotation und Schrittmuster in zig Variationen ausführen“, schwärmt Daniel. Den Patienten wird so nie langweilig.

Alle Beteiligten, von Patienten bis zu Mitarbeitern, schätzen den Einsatz der Wonderwall sehr, da der Behandleralltag ein neues Gesicht und weitaus mehr Abwechslung erhält. Das Trainingssystem nimmt in Daniels Therapiezentrum neben der Behandlerbank einen Platz als Standardwerkzeug in der Physiotherapie ein. Durch die Erkenntnis, dass die Bewegung bereits ab der ersten Behandlung gut tut, wird die Überführung der Patienten in regelmäßige Aktivitäten massiv unterstützt.

Trainierende finden sich bei Daniel in Kleingruppentrainings mit einer hohen Betreuungsrate auf der Fläche wieder. Es werden dreißigminütige Einheiten mit einer 1:1- bis 1:6-Betreuung angeboten. Durch diesen hohen Betreuungsschlüssel kann das Team auf die individuellen Bedürfnisse eines jeden Einzelnen eingehen. „Ja, das ist betreuungsintensiv“, erkennt Daniel, „aber es ist die einzige Chance, Menschen in die Bewegung zu bringen und lange in der Bewegung zu halten, um sie zu ihren Zielen zu führen. Bezahlte Einheiten ermöglichen schließlich auch diese hochwertige Betreuung.“

EIN VIELSEITIGES SYSTEM FÜR JEDERMANN

Der Einsatz der Wonderwall unterstützt dabei durch ihre Vielseitigkeit. „Ich kann die Wand für jeden Trainingsaspekt sinnvoll einplanen und damit auch mit dem gleichen Patienten jeden Tag nutzen: Kraft auf allen Levels, Koordination, Mobility, Stretching, Beweglichkeit und Ausdauer. Die Wand und ihre Applikationen ersetzen den Großteil der sonst nötigen Gerätschaften: Sprossenwand, Rack, Haken unter der Decke, Boxsack-Aufhängung und Seilzug. Ist der Trainierende fit und fühlt sich sicher, kann er sich immer noch überlegen, ob er eine Mitgliedschaft abschließen und in ein freies Training mit weniger Betreuung übergeht“, ergänzt Daniel.

Auch die Mitarbeiter nehmen diese Abwechslung in der Behandlung dankend an. Therapien können mithilfe des Trainingssystems kreativer und für Patienten nutzbringender gestaltet werden. Der Therapeut hat die Möglichkeit, seinen Alltag in Kombination – Behandlerbank + Wonderwall oder nur Wonderwall – kreativ und flexibel zu gestalten. „Die einzelnen Trainingsapplikationen lassen sich, im Gegensatz zu anderen Anbietern am Markt, einfach verstellen und ermöglichen eine schnelle Veränderung der Trainingssituation. Auch zierlichere Trainerinnen oder Therapeutinnen können die Applikation allein umbauen“, betont Daniel.

TOOLS ZUR MITARBEITERGEWINNUNG

Seit Daniel das neue Therapiezentrum eröffnet hat, bewerben sich viel mehr Therapeuten bei ihm. Das liegt besonders an der Vielschichtigkeit, die er nun bieten kann. Gerade junge Therapeuten, die frisch von der Schule kommen, legen Wert auf Abwechslung im Behandleralltag, sie wollen ihre Karriere nicht nur an der Bank verbringen. „Die Herausforderung, Mitarbeitergewinnung in Zeiten des Fachkräftemangels in den Griff zu bekommen, hat sich durch die neue Ausrichtung und den neuen konzeptionellen Weg ebenfalls stark verbessert“, stellt Daniel erleichtert fest.

Abbildung 4: Die Wonderwalleinheiten können für jeden Trainingsaspekt sinnvoll eingesetzt werden.

Daniel verfügt über eine der größten Wonderwall-Installationen in Deutschland. Er ist stolz darauf, mit diesem und allen weiteren Trainingssystemen eine ganzheitliche Betreuung, die auch noch Spaß macht, anbieten zu können.

Dieser Beitrag ist in Zusammenarbeit mit der WONDER GmbH entstanden.

JILL SPALT

Abbildung 5: In der Salzgrotte können die Kunden sich nach ihrem Training entspannen.