

PRÄVENTION

• Vorbeugung

Zur Vorbeugung von Haltungsschäden, Schmerzen und Verspannungen bieten wir regelmäßige Kurse zum Muskelaufbau-training und zur Konditions-, Gleichgewichts-, und Koordinations-verbesserung an. Dies dient auch der Sturzprophylaxe.

Gerne können Sie an einer kostenlosen Probestunde teilnehmen.

• Beratung

Wir beraten Sie und Ihren Arbeitgeber kompetent bei der ergonomischen Gestaltung Ihres Arbeitsplatzes.

• Wellness

Zur Unterstützung Ihrer Gesundheit und Ihres Wohlbefindens bieten wir Ihnen Entspannungsmassage mit oder ohne Fango an.

Wie wär's mit einem Geschenk-Gutschein?

• Gesundheitsfördernde Hilfsmittel

- Nockenstützkissen - für den entspannten Schlaf (Sie haben die Möglichkeit ein Kissen probeweise auszuleihen)
- Therabänder - zum Eigentaining

Bei uns sind Sie in guten Händen-
Sie können sich wieder dreh'n und wenden.

PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE UND MANUELLE THERAPIE

Henryk Kurka

Karl-Friedrich-Straße 123/ Ecke Marktstraße
44795 Bochum Weitmar-Mark

Telefon 02 34 / 46 22 67

Telefax 02 34 / 46 22 68

www.praxis-kurka.de

mail@praxis-kurka.de

- 🚶 349 Haltestelle Kemnaderstraße
- 346 Haltestelle Kemnaderstraße
- 353 Haltestelle Notorpfstraße

🚗 Großer Parkplatz hinterm Haus
(Einfahrt über die Pfarrer-Halbe-Str.)



Ulrike Kurka
Diplom - Physiotherapeutin (FH)

Bei uns sind Sie in guten Händen

- Kompetent
- Freundlich
- Vielseitig

Karl-Friedrich-Str. 123 / Ecke Marktstraße
44795 Bochum Weitmar-Mark
www.praxis-kurka.de



PRAXIS

Seit 1991 führen wir mit mehreren Physiotherapeuten unsere Praxis.

Zur Behandlung stehen uns sechs großzügige, modern ausgestattete Räume zur Verfügung.

Wir bilden uns ständig weiter und können so für qualitativ hochwertige Behandlung nach neuesten Erkenntnissen garantieren.



Bei uns sind Sie in guten Händen...



LEISTUNGSANGEBOT

- **Allgemeine Krankengymnastik / Physiotherapie**
- **Manuelle Therapie**
bei Bandscheibenschäden, Arthrose, Blockierungen der Wirbelsäule, Migräne, Tinnitus
- **Kiefergelenkbehandlung (CMD)**
bei Störungen, Fehlstellungen und Schmerzen des Kiefergelenks
- **Beckenbodentraining**
einzeln oder in der Gruppe, bei Beckenbodenschwäche, Inkontinenz, Senkungsbeschwerden oder Rückenschmerzen
- **Medizinische Trainingstherapie**
gezielter Muskelaufbau und Einüben physiologischer Bewegungsabläufe an speziellen Trainingsgeräten
- **Techniken der Osteopathie**
bei Zusammenhang von Störungen der inneren Organe und Beschwerden des Bewegungsapparates z.B. Rückenschmerzen durch Darmstörungen oder Narbenbildung, nach Operationen
- **Techniken der craniosacralen Therapie**
zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte des Körpers bei Streß / Erschöpfungszuständen, Kopf-Nacken-Rücken-Schmerzen, nach Operationen



LEISTUNGSANGEBOT

- **Manuelle Lymphdrainage**
bei Schwellungen und Ödemen z.B. nach Knochenbrüchen oder Krebsoperationen
- **Massage**
bei Verkürzungen und Verspannungen der Muskulatur
- **Kinesio-Taping**
zur Stabilisierung von Gelenken, Steuerung der Muskelspannung, Schmerzreduktion, Entstauung
- **Körperwahrnehmung und Entspannung**
(nach der Feldenkraismethode)
- **Extension / Schlingentisch**
Schmerzlinderung bei Rückenschmerzen durch Entlasten der Wirbelsäule
- **Kälte- und Wärmebehandlung**
Eis und Fango
- **Hausbehandlung**
In Ihrer Wohnung sowie im Alten- und Pflegeheim
- **PRIVAT**
Sie können vorbeugend Physiotherapie und Massagen auf privater Basis bei uns bekommen.

**Sprechen Sie uns an –
wir sind günstiger als Ihre Autowerkstatt**

