

# UNSER WEG. DIE INDIVIDUELLE THERAPIE.

## Die FPZ RückenTherapie ist die richtige Therapie für Sie:

Wenn es im Nacken oder Rücken schmerzt.

Wenn es zieht, drückt, sticht oder auch anderweitig schmerzt. Rücken- und Nackenschmerzen können sich ganz vielfältig äußern.

Wenn die Schmerzen immer wiederkehren oder drohen chronisch zu werden. Das kann bereits ab 6 Wochen der Fall sein.

## Eine ärztliche Untersuchung stellt im Vorhinein sicher, dass die FPZ RückenTherapie aus medizinischer Sicht für Sie geeignet ist.



# VERTRAUEN. IN UNSERE QUALITÄT.



### Ärztliche Untersuchung

Mit der ärztlichen Untersuchung wird sichergestellt, dass die FPZ RückenTherapie medizinisch für Sie geeignet ist.



### Individuelle Therapie

Durch die individuell auf Sie zugeschnittene Therapie wird der Grundstein für den Erfolg gelegt.



### Persönliche Betreuung

Der FPZ Therapeut begleitet Sie Schritt für Schritt durch die FPZ RückenTherapie.



### Erwiesene Wirksamkeit

Bei 9 von 10 Teilnehmern reduzieren sich die Rücken- und Nackenschmerzen nach dem 3-monatigen Aufbauprogramm.\*



### Von Kassen und Versicherungen bezuschusst

Mehr als 50 Krankenkassen und -versicherungen unterstützen ihre Versicherten bereits auf dem Weg gegen den Rückenschmerz:  
[www.fpz.de/kostentraeger](http://www.fpz.de/kostentraeger)

Jetzt auch hier:

\*Quelle: Denner A.: Analyse und Training der wirbelsäulenstabilisierenden Muskulatur. Springer Verlag, Berlin, Heidelberg, New York (1998).

**FPZ** Muskulatur  
im Fokus



Weniger Rücken- und Nackenschmerzen bei 9 von 10 Teilnehmern.\*

## RÜCKENSCHMERZEN? FPZ RÜCKENTHERAPIE!

[www.fpz.de](http://www.fpz.de)

# UNSERE PATIENTEN. DIE FPZ RÜCKEN- THERAPIE LÄSST SIE ...

- > langfristig ohne Schmerzen leben!
- > mehr Lebensqualität und Wohlbefinden erleben!
- > mehr Leistungsfähigkeit in Beruf und Freizeit zeigen!
- > an gesellschaftlichen Aktivitäten teilhaben!
- > Ihre Medikamenteneinnahme reduzieren!

# FÜR SIE. DIE FPZ RÜCKEN- THERAPIE.

## **Die Eingangsanalyse** (Dauer: 90 Minuten)

Auf Basis einer 90-minütigen Eingangsanalyse Ihrer Rückenmuskulatur und Ihres Bewegungssystems wird die Therapie individuell und ganz exakt auf Sie zugeschnitten.

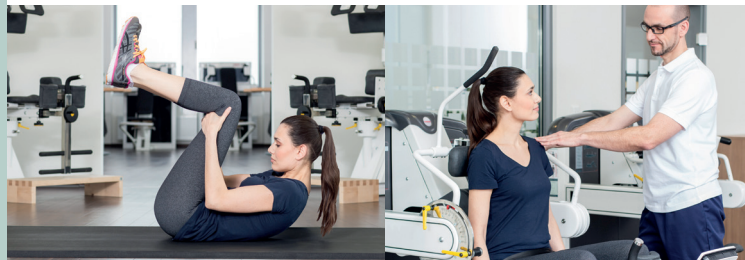
## **Das Aufbauprogramm** (Dauer: in der Regel 3 Monate)

Anschließend folgt die Trainingstherapie mit 2 Therapieeinheiten wöchentlich an speziellen Gerätesystemen. Funktionsgymnastik sowie Entlastungs- und Entspannungsübungen ergänzen die Behandlung.

## **Die Abschlussanalyse** (Dauer: 90 Minuten)

Nach Beendigung der Trainingstherapie folgt eine 90-minütige Abschlussanalyse, die die Wirksamkeit der Therapie ermittelt.

## **Struktur einer 60-minütigen FPZ Therapieeinheit:**



01 Aufwärmen

02 Krafttraining



03 Gymnastik

04 Entlastung/Entspannung



# SCHRITT FÜR SCHRITT. AN IHRER SEITE.

Vereinbaren Sie einen  
Beratungstermin im  
FPZ Therapiezentrum in  
Ihrer Nähe:

[www.fpz.de/#finder](http://www.fpz.de/#finder)