Öffnungszeiten

Die Medizinische Trainingstherapie
können Sie Montag bis Freitag
von 7:00 bis 20:00 Uhr nutzen.

Terminvereinbarung
Sie erreichen uns unter:
T. 06151 403-7001

Montag bis Freitag
von 8.00 bis 16.00 Uhr

Anfahrt

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

- Ab Hauptbahnhof mit den Bussen F, H, und K oder den Straßenbahnlinien 2, 3 oder 5 zum Luisenplatz (Stadtmitte).
- Umsteigen in einen der Regionalbusse 672, 673 oder 682, Richtung Dieburg/Roßdorf-Gundernhausen/Groß-Zimmern
- Haltestelle „Woog“ aussteigen

Mit dem Auto:

- Autobahn A 67 oder A 5 Ausfahrt Darmstädter Kreuz Richtung Stadtmitte
- Die Rheinstraße entlang durch den Tunnel
- Den Tunnel nach links verlassen, an der nächsten Ampel nach links abbiegen
- Folgende Ampel nach rechts in die Landgraf-Georg-Str.
- Nächste Ampelkreuzung nach links in die Pützerstr.
- Die nächste Straße rechts ist die Erbacher Str.

AGAPLESION ELISABETHENSTIFT gGmbH
Ambulantes Therapiezentrum
Erbacher Str. 25, 64287 Darmstadt
Eingang neben der Kirche, Ebene 0, Raum A 017
T. 06151 403-7001, F. 06151 403-7009
ambulantes-therapiezentrum@eke-da.de

AGAPLESION
ELISABETHENSTIFT
DARMSTADT

MEDIZINISCHE TRAININGSTHERAPIE

www.agaplesion-elisabethenstift.de

Medizinische Trainingstherapie

Die Medizinische Trainingstherapie wird eingesetzt, um die eingeschränkte Bewegungsfreiheit einer Person teilweise oder vollständig wieder herzustellen. Das eingesetzte Therapiemittel ist die Bewegung – also das Training. Kraft, Ausdauer und Koordination werden auf diese Weise verbessert.

In Zusammenarbeit mit dem Physiotherapeuten werden abgestimmte Trainingsprogramme mit Therapiegeräten erstellt, die man zum Teil auch in Fitnessstudios findet. Allerdings mit dem Unterschied, dass Geräte für die Medizinische Trainingstherapie bestimmte Normen nach dem Medizin-Produkt-Gesetz erfüllen müssen. Diese Geräte sind relativ aufwändig konstruiert und machen eine sehr gezielte Trainingstherapie möglich. So ist zum Beispiel die Abstufung der Gewichte anders gestaltet als bei vielen Fitnessgeräten. Damit kann eine genauere Belastungsdosierung erreicht werden, als dies mit „normalen“ Fitnessgeräten möglich wäre.

Trainingseinheiten

Eine Medizinische Trainingstherapie dauert unterschiedlich lange. Die Trainingseinheiten sind je nach Trainingsziel in Dauer, Umfang, Intensität und Häufigkeit variabel. Die Therapie muss vom Arzt verschrieben werden. Bevor sie beginnen kann, stellen Funktionstests die Belastbarkeit des Patienten fest. Basierend auf diesen Erkenntnissen entwickelt ein Physiotherapeut dann das Trainingsprogramm für den Patienten.

Für wen ist diese Therapie geeignet?

Im Prinzip für jeden; besonders auch für ältere und kranke Menschen. Alle Patienten, die Defizite im Bereich Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination haben, können diese Therapie in Anspruch nehmen. Dies kann zum Beispiel nach einer Hüft- oder Knieoperation, bei einem Kreuzbandschaden oder bei Gelenkverschleiß der Fall sein. Dann jedoch kann die Medizinische Trainingstherapie den vollen körperlichen Gesundheitszustand wieder herstellen.

Trainingsmethoden

Alle muskulären Fähigkeiten des Menschen können an unseren Geräten aufgebaut werden – und zwar vom Profisportler bis zum geriatrischen Patienten. Ob Kardiotraining, Krafttraining oder Ausdauertraining an den modernen medizinischen Geräten mit sehr variablen Einstellungsmöglichkeiten: Crosswalker, Laufband, Ergometer, Beinpresse, Bauchmuskeltrainer & Co. stehen hier nicht nur Patienten, sondern ebenso Gesunden, die ein Training mit individueller physiotherapeutischer Betreuung dem im Fitness-Studio vorziehen, zur Verfügung.