



helping hands

Die Gesundheitszeitung

bohlander

praxis für physiotherapie

Die neue Gesundheitsberatung mit Alexander Bohlander und Praxis-Team!

Wir testen und beraten Sie auf der Basis von 3 Säulen:

1. Osteopathische Untersuchung 2. Pilates-Fitness Test 3. Energetische Untersuchung

Preise/Leistungen

- > Osteopathie
80,- € (60 Min) / 40,- € (30 Min)
- > Physiotherapie/Manuelle Therapie
32,- € (30 Min)
- > Shiatsu/Akupressur,
> Reflexzonen-Therapie am Fuß,
> Dorn-Breuß Massage
1. Termin 45,- € (45 Min)
jeder weitere Termin 35,- € (30 Min)
- > Massage/Lymphdrainage
25,- € (30 Min)
- > Gesundheits-Beratung: Genaue
Untersuchung, Beratung, Behandlung
mit ausführlicher Dokumentation
125,- € (ca 90 Min)
- > Gesundheits-Abo: Gesundheitsanalyse,
Behandlung, Beratung, Lockern,
Trainieren und Entspannen.
 - Gesundheits-Abo Silber 6 Monate
85,- €/Monat (je 45 Min 2 x monatl.)
 - Gesundheits-Abo Silber 12 Monate
75 €/Monat (je 45 Min 2 x monatl.)
 - Gesundheits-Abo Gold 6 Monate
110 €/Monat (je 30 Min 4 x monatl.)
 - Gesundheits-Abo Gold 12 Monate
100 €/Monat (je 30 Min 4 x monatl.)

1. Osteopathische Untersuchung

Mit Hilfe osteopathischer Untersuchungsmethoden können Blockaden, Verspannungen und Störungen im ganzen Körper lokalisiert werden, die ihr Wohlbefinden stören und Krankheiten auslösen können.

2. Pilates-Fitness Test Unser Fitness Test gibt Ihnen Aufschluss über Kraft, Beweglichkeit und Leistungsfähigkeit im Alltag oder in Ihrem Sport.

3. Energetische Untersuchung Die Energetische Untersuchung prüft Ihr inneres und äußeres Gleichgewicht. Sind alle Kreisläufe Ihres Körpers ungehindert und ausgeglichen?

Eine ausführliche, persönliche Dokumentation die wir für Sie anfertigen, bildet eine gute Grundlage für Entscheidungen über weitere Maßnahmen.

So können Sie sich unter anderem mit unserem **Gesundheits-Abo** langfristig in jeder Form stärken und stabilisieren. Behandlungen von konkreten Beschwerden und Problemen können Sie ohne Verordnung des Arztes direkt bei uns in Anspruch nehmen.

Ich heiße Sie herzlich Willkommen!

Seit über 10 Jahren bietet Ihnen meine Praxis Unterstützung und Hilfe in schwierigen und schmerzhaften Lebenssituationen. Ob nach einer Verletzung oder Operation, bei Schmerzen und Problemen mit der Gesundheit sind mein Team und ich bemüht, Ihnen schnell und effektiv zu helfen.

Immer mehr steht bei unserer Arbeit im Vordergrund, die Ursachen der Beschwerden zu ermitteln und Ihre Gesundheit so zu stärken, dass Ihre eigenen Kräfte die Entstehung von Beschwerden abschwächen oder verhindern können.



Alexander Bohlander, Jahrgang 1964, verheiratet, 3 Kinder. Physiotherapeut, Osteopath, Heilpraktiker. Selbstständig in Dormagen seit 1996. Gründer der Ausbildungsfirma 'POLSTAR Pilates'. Inhaber von 'Springs Pilates Studio + Praxis' in Köln.

Durch meine fast 20-jährige Berufserfahrung, in denen ich mich zum Physiotherapeuten, Heilpraktiker, Osteopathen und Pilates Trainer habe ausbilden lassen, ist meine Einsicht in die Zusammenhänge gewachsen. Unser Körper ist ein perfektes, nach Harmonie strebendes System. Körper und Geist sind untrennbar verbunden. Unsere Gedanken, Gefühle und Vorstellungen beeinflussen unseren Körper unmittelbar.

Th. A. Bohlander

gesund!

praxis bohlander – dormagen



Mit diesem Gutschein erhalten Sie:

50,- € Ermäßigung auf ein Gesundheits-Abo

bohlander

praxis für physiotherapie

bahnhofstraße 30
41539 dormagen

02133 - 215050



gesund!



www.bohlander-praxis.de

Unsere Gesundheit ist unser höchstes Gut – sie zu beschützen zu bewahren und zu stärken sollte im Mittelpunkt der Medizin stehen. Lange standen Krankheiten und nicht die Grundlagen der Gesundheit im Mittelpunkt der medizinischen Forschung.

Die Zeit ist reif für eine Rückbesinnung und Neuorientierung. Immer mehr Menschen suchen ganzheitliche Konzepte. Dies bedeutet die Betrachtung des Zusammenspiels aller Körperteile und Körperfunktionen. Die Einflüsse des Körpers auf unser Denken, Fühlen und Befinden. Zunehmend wächst die Einsicht, dass es nicht immer sinnvoll ist, uns in medizinische Fachgebiete zu zerteilen, sondern das Gemeinsame zu finden.

Wir sind mehr als die Summe unserer Körperteile.

Der Rücken: sinnbild innerer Haltung, Achse der Bewegung, Schönheit und Kraft.

Unser Rücken ist die Achse unserer Gesundheit. Wenn wir unsere Kinder, unsere Verantwortung und unsere Lasten tragen, stützt und schützt uns der Rücken, die Wirbelsäule, unsere Bandscheiben, Muskeln und Nerven. Wenn der Rücken schmerzt, macht nichts Freude, ist alles schwer. Lassen Sie es nicht soweit kommen! Ihr Rücken kann ihre Lebensenergie und ihre Pläne tragen, wenn Sie sich rechtzeitig um ihn kümmern.

Kopf und Nacken, befreit von Spannung und Last: die Sinne klar und das Denken leicht.

Frauen tragen ein erhöhtes Risiko für Rückenbeschwerden. Durch hormonelle Einflüsse, Osteoporose und spezielle Belastungen sind Halswirbelsäule, Schultern und der Rücken gefährdet.

Ihr Risiko für Osteoporose können Sie selbst grundlegend positiv beeinflussen! Bewegung schützt vor Osteoporose, Entspannung und gezielte Atmung schützen vor Problemen mit Schultern und Nacken.

Unsere Kinder sind die Zukunft

Auch für Ihre Kinder können Sie jetzt schon den Grundstein für ein Leben ohne Rückenschmerzen legen: Unterstützen sie ihre Kinder in dem Wunsch, sich zu bewegen und bewusst mit ihrem Körper umzugehen.

Skoliosen bei Kindern und Jugendlichen, das heißt Wachstums-Störungen der Wirbelsäule, können, früh erkannt, begrenzt und verbessert werden. Nutzen Sie unsere Beratungsstunde für die Gesundheit Ihrer Kinder!

Unsere Energie ist unser Leben.

Wir erben unsere Lebensenergie von unseren Eltern. Mütter teilen ihre Lebensenergie mit ihren Kindern im Moment der Geburt.

„CHI“, die Energie, fließt durch unseren Körper und ernährt alle Zellen. Meridiane, die Bahnen der Energie, die auch bei der Akupunktur oder der Akupressur behandelt werden, sind verantwortlich für das tägliche Gleichgewicht.

Wenn dieses Gleichgewicht gestört ist, entstehen Beschwerden wie Müdigkeit, Schmerzen und Störungen der Organe. Diese Störungen können die Grundlage für ernste Krankheiten darstellen.

Das „Glück im Bauch“ ist ein schönes Gefühl, das Wohlbefinden, Ausgeglichenheit und Gesundheit bewirkt.

Gesunde Ernährung, Bewegung und reizfreie Organe sind die Grundlage für das „gute Bauchgefühl“.

Lange bevor Organe erkranken, treten Stauungen und Spannungen auf, die den reibungslosen Ablauf der Verdauung und die Aufnahme und Verarbeitung lebenswichtiger Stoffe verhindern. Lunge und Zwerchfell, Bauchspeicheldrüse und Leber sind ebenso wichtig wie unser Herz.

Unser Nervensystem verbindet alle Strukturen komplex und feingliedrig und sorgt für ungestörten Informationsfluss.

Warum krank werden, wenn Sie gesund bleiben können?

bohlander

praxis für physiotherapie
alle gesetzlichen und privaten Krankenkassen

alexander bohlander
bahnhofstraße 30
41539 dormagen

fon 02133/215050
fax 02133/215051
www.bohlander-praxis.de

Unsere Praxis-Info-Blätter auf einen Blick:

Praxis-Info Nr. 1: Das Gesundheits-Abo – Warum krank werden, wenn Sie gesund bleiben können?

Praxis-Info Nr. 2: Unsere Praxis – unser Konzept – unsere Therapien

Praxis-Info Nr. 3: Gesunde Gelenke – Arthrose vermeiden und verbessern

Praxis-Info Nr. 4: Gesunde Wirbelsäule und schmerzfreier Rücken

Die Gesundheitszeitung

