



Komplementärmedizin

Unser Komplementärmedizin-Angebot:

- Cranio Sacral Therapie
- Dorn-Breuss Therapie
- Dorn Therapie
- Osteopathische Techniken
- Kinästhetik Infant Handling

Bei den osteopathischen Techniken wird der Schwerpunkt auf den Ausgleich der Spannungsmuster der verschiedenen Geweben des Patienten gelegt. Durch die feine manuelle Diagnostik wird das gestaute Gewebe wahrgenommen und durch feine Behandlungsimpulse der Ausgleich gesucht.

Die Kinästhetik Infant Handling ist ein Konzept zur Frühförderung des Babys. Für jedes Neugeborene bedeutet es eine grosse Umstellung nach der Geburt plötzlich in der Schwerkraft zu sein. Mit Infant Handling wird das Baby dabei unterstützt, sich mit dieser Umstellung zu rechtzufinden und sich wohlfühlen.

Weiterführende Infos zu allen Therapien finden Sie unter www.medfit.ch. Änderungen vorbehalten.

Massagen

medfit® bietet ein breites Angebot an Massagen an. Ob eine regenerierende Sportmassage oder eine verwöhnende Aromaölbehandlung – bei uns sind Sie in den besten Händen.

Unser Massageangebot:

- Teilmassage
- Ganzkörpermassage
- Sportmassage
- Fussreflexzonentherapie
- Lymphdrainage
- Aromaöl-Massage
- Lomi Lomi Nui
- Pantha Jama Kräuterstempel
- Hot Stone

TIPP: Unsere Massagen sind immer wieder sehr beliebte Geschenke! Wir stellen Ihnen gerne einen Gutschein für eine Massage oder einen frei wählbaren Betrag aus.

Änderungen vorbehalten.

MEDFIT®
MEIN GESUNDHEITZENTRUM

- Physiotherapie
- Ernährungsberatung
- Prävention und Training
- Komplementärmedizin



ROGGWIL
medfit GmbH
St. Gallerstrasse 72
9325 Roggwil

Tel. +41 71 450 03 03
Fax +41 71 450 03 60

info@medfit.ch • www.medfit.ch

ARBON
medfit GmbH
Stickereistrasse 4
9320 Arbon

Tel. +41 71 450 03 03
Fax +41 71 450 03 60





Physiotherapie

Physiotherapie ist eine selbständige Disziplin im Bereich der Therapie, die zusammen mit Medizin und Pflege die drei Säulen der Schulmedizin bildet. Sie steigert die Lebensqualität und ist auf die Behebung von körperlichen Funktionsstörungen und Schmerzen ausgerichtet. Physiotherapie kommt in der Therapie, Rehabilitation, Prävention und in der Gesundheitsförderung zur Anwendung.

medift® zeichnet sich besonders durch folgende Behandlungsmethoden aus:

- Manuelle Therapie
- Sportphysiotherapie
- Rehabilitation und Aufbautraining
- Myoreflextherapie
- Beckenboden-Therapie / -Training bei Inkontinenz
- Narbentherapie und Faszienbehandlung
- Triggerpunkttherapie / Dry Needling
- Taping
- Lymphdrainage und Bandagierung
- Stosswellentherapie

Ernährungsberatung

medift® bietet metabolic balance® und die klassische Ernährungsberatung an. Die klassische Ernährungsberatung kann Tipps für den Alltag geben, sowie bei Krankheit unterstützend beraten.

Einzelberatungen werden bei folgenden Diagnosen vorder Grundversicherung übernommen:

- Stoffwechselerkrankungen, wie z.B. Diabetes
- Adipositas (BMI > 30) und Folgeerkrankungen
- Herz-Kreislaufkrankungen
- Krankheiten des Verdauungssystems
- Nierenerkrankungen
- Fehl- und Mangelernährungszustände
- Nahrungsmittelallergien oder allergische Reaktionen auf Nahrungsmittelbestandteile

Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt.

Spezielle Kochkurse, Vorträge oder Seminare werden auf Anfrage angeboten.

Daneben bietet medift® metabolic balance® an. Das ist ein Stoffwechselprogramm zur Gewichtsregulierung und Stoffwechselstärkung, entwickelt von Ärzten und Ernährungswissenschaftlern. Dieses Programm wird seit Jahren sehr erfolgreich angewendet und verzeichnet hervorragende Ergebnisse, insbesondere bei der Gewichtsabnahme. Aber auch bei unreiner Haut, Migräne oder Bluthochdruck wirkt metabolic balance® ausgezeichnet. Mit metabolic balance® ist man fit und leistungsfähig.

Fitness

Im Fitnesscenter bei medift® sind Physiotherapeuten, Sportphysiotherapeuten sowie Fitnessinstruktoren im Einsatz. Dies garantiert kompetente Ansprechpartner für Fragen rund um Sport, Bewegung, Fitness und Ernährung. Dank diesem gut geschulten Personal kann medift® individuell auf Ihre Bedürfnisse eingehen und das für Sie passende Programm zusammenstellen. Wir setzen auf höchste Qualität und zufriedene Kunden.

Wir empfehlen uns besonders für Hobbysportler, Spitzensportler, Senioren aber auch Personen, die ein intensives Aufbautraining z.B. nach einem Unfall, Herzinfarkt etc. brauchen.

Das Fitnesscenter bietet im Speziellen folgendes:

- modernste Geräte für Kraft und Ausdauer
- über 500 m² Trainingsvergnügen
- elektronische Trainingspläne
- ganztägig betreut
- Personal Training
- Sypoba® der Konditions- und Kraftexperte
- Kletterwand mit verschiedenen Routen
- Gratis 14 Tage Schnupper-Abo
- Samstag und Sonntag offen
- Krankenkassen anerkannt
- Kinderhort



Kurse

Unser Kurswesen ist sehr vielfältig und bietet für alle Bedürfnisse etwas. Die Kursleiter verfügen über fundierte Aus- und Weiterbildungen und führen die Lektionen mit viel Engagement, Freude und Können durch.

Unsere Kurse:

- Pilates
- Nacken- & Rückentriathlon
- Rückbildungsturnen
- Beckenboden-Training
- RückenFIT
- Sixpack-Training
- M.A.X.
- Personal-Training
- SchwangerschaftsFIT
- Faszien-Fitness
- Body Pump
- Bodyforming Mama

Änderungen vorbehalten.
Krankenkassen anerkannt.

