

Kursangebot

Von Rehabilitations- über Präventions- bis hin zu Fitnesskursen – bei uns finden Sie das passende Angebot für jedes Ziel.

Präventionskurse nach §20 SGB V

Rückenfit - Funktionelles Krafttraining

Pilates

Fitnesskurse

Rückenfit - starker Rücken

Pilates

Rehabilitationskurse

Melden Sie sich gerne mit ihrer Verordnung bei uns in der Praxis.

Sprechen Sie uns gerne an!



Entdecken Sie unsere Leistungen

- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Präventionskurse
- Rehabilitationssport
- Workshops
- Osteopathie
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik
- Massage
- Bobath-Therapie
- Lymphdrainage
- Cranio-Sakrale-Therapie
- Kieferproblembehandlung
- Elektro-Therapie
- Kinesiologie
- Craniomandibuläre Dysfunktion
- Gerätetraining
- Brain Gym
- Anti-Schwerkraft Laufband Alter G



Kurse & Workshops



Hauck & Hilbk Physiotherapie

Preußenstraße 49a · 44532 Lünen

Tel.: 0 23 06 / 94 32 32

info@physiotherapie-hauck-hilbk.de
www.physiotherapie-hauck-hilbk.de

📷 physiohauckhilbk

ERFAHREN SIE MEHR AUF UNSERER WEBSITE

Unsere Workshops

Gesund starten: Gewicht & Wohlbefinden verbessern

3 Stunden Praxis & Power für Ihren Alltag

Sofort umsetzbare Übungen & Strategien
für Ernährung und Bewegung

Rezepte, Ernährungsplan & Checkliste für
Zuhause

Tipps, die Ihren Alltag leichter machen –
ohne komplizierte Diäten

Perfekt für Sie, wenn Sie...

- Übergewicht loswerden wollen
- Gesunde Gewohnheiten starten wollen
- Endlich den ersten Schritt in Richtung Wohlfühlgewicht gehen möchten



Rücken stärken - Lebensfreude gewinnen



Schluss mit Verspannungen & Rückenschmerzen!

Erleben Sie einen praxisnahen Workshop,
der Ihren Rücken stark, beweglich und
entspannt macht.

Das erwartet Sie:

- Individueller Rücken-Check-up
- Effektive Übungen & Strategien
- Atem- und Entspannungstechniken
- Rücken-Toolkit für Zuhause

**Anmeldung & weitere Infos
in unserer Praxis**

Stressbewältigung im Alltag

Stressfrei & entspannt - Ihr Alltag in Balance

Lernen Sie in nur 3 Stunden, wie Sie
Stress loslassen, Energie tanken und
Gelassenheit in Ihren Alltag bringen.

Sie erwarten...

- praktische Übungen für Körper & Geist
- sofort umsetzbare Tipps für nachhaltige Erholung
- Strategien für mehr Ruhe im Alltag
- alltagstaugliche Atem- und Entspannungsübungen
- Ihr persönlicher Stress-Kompass für Zuhause

