ORTEMA Aktuell

AKTUELL INFORMIERT: FITNESS & GESUNDHEIT - AUSGABE 2/2013

MEDICAL FITNESS

GESUNDE AUSSICHTEN

ORTEMA Aktuell

- 2. Markgröninger Sport Meeting
- Rückblick 2013
- Ausblick 2014: 20 Jahre ORTEMA

Seite 2

Medical Fitness

- Tag der offenen Tür
- Gesunde Ernährung
- Wichtige Termine
- NEU: Athletik Training

Seite 3 - 4

ORTEMA Studie 2013

- Bericht und Ergebnisse
- Fasziale Behandlung

Seite 5

Ambulante Reha

- 2 Jahre ambulante Rehabilitation
- Nachsorge-Programme

KOOPERATION STEELERS

Seite 6

ORTEMA AKTUELL

Firma TCC Products GmbH - neuer Partner in der betrieblichen Gesundheitsförderung

Der Winter steht vor der Türe – die Hauptsaison für mehrere Abteilungen der ORTEMA GmbH! Egal, ob im Bereich Medical Fitness, in der Abteilung Sport Protection oder in der Physiotherapie, die ORTEMA Mitarbeiter bekommen alle Hände voll zu tun. „ORTEMA aktuell“ verleiht Ihnen einen Überblick über spezielle Angebote und Veranstaltungen im 2. Halbjahr 2013 und berichtet über die ersten beiden Erfolgsjahre der ambulanten Rehabilitation!

2 Jahre erfolgreiche ambulante Rehabilitation

Im August 2011 startete die ambulante Reha und komplettierte das Versorgungsangebot am Klinik-Standort Markgröningen. Über 1.000 zufriedene Patienten sprechen eine deutliche Sprache. Herr Dr. Schemel, Chefarzt der ambulanten Reha erläutert auf Seite 6 die Besonderheiten und Hintergründe dieser Versorgungsmaßnahme.

Tag der offenen Tür und neue Kurse

ORTEMA Medical Fitness lädt Sie wie jedes Jahr zum großen Tag der offenen Tür im Oktober ein, an dem Sie sich von den vielfältigen Angeboten überzeugen können. Medical Fitness liegt dabei voll im Trend, denn auch neue Kurse wie Athletiktraining oder Sling Training gehören zum Programm (s. Seite 3 - 4). Erfahren Sie außerdem auf Seite 5 die Ergebnisse der diesjährigen Medical Fitness Studie. 53 Probanden nahmen daran teil und konnten sich bereits nach vier Wochen Training in den Bereichen Kraft und Beweglichkeit deutlich steigern.

Firma TCC Products trainiert bei ORTEMA Medical Fitness!

Die Firma TCC Products ist ein Netzwerkdienstleister aus Möglingen, der Lösungen für die IT-Infrastrukutur anbietet. Betriebliches Gesundheitsmanagement war schon immer Thema gewesen, doch es fehlte lange das passende Konzept. Schließlich wurden die Geschäftsführer Herr Schubert und Herr Lauer auf die Angebote der ORTEMA im Bereich Betriebliches Gesundheitsmanagement aufmerksam. Nach dem ersten Treffen im Mai war ziemlich schnell klar, dass die Firma TCC Products das optimale Konzept gefunden hatte. Bei einer Kick-Off-Veranstaltung im Juni wurden den Mitarbeitern der Firma das Konzept und die Räumlichkeiten des Medical Fitness vorgestellt. Das Konzept, für welches sich die Geschäftsführer entschieden haben, besteht aus 2 Modulen:
Zum Einen das Training im Medical Fitness Bereich. Die TCC-Mitarbeiter erhalten einen Trainingsplan und können, so oft sie möchten, an den Geräten trainieren und am vielfältigen Kursprogramm teilnehmen. Das zweite Modul stellt das Betriebliche Gesundheitsmanagement dar, welches in der Firma durchgeführt wird. Inhalte des Betrieblichen Gesundheitsmanagements können Vorträge von Sportwissenschaftlern, der Ernährungsberaterin oder der Psychologin sein. Aktionsstände z.B. für eine Blutdruckmessung oder eine Körperfettanalyse sowie Outdoor-Events sind mögliche Veranstaltungen, um die Mitarbeiter immer wieder aufs Neue zu einer gesundheitsbewussten Lebensweise zu motivieren.
Inzwischen wurden nahezu alle TCC-Mitarbeiter in die Geräte eingewiesen und absolvierten einen Fitnesstest. Die Mitarbeiter sind voller Begeisterung beim Training dabei und auch die erste Aktion im Unternehmen fand großen Anklang.
Die ORTEMA GmbH begrüßt herzlich alle Mitarbeiter und hofft auf eine lange und erfolgreiche Zusammenarbeit!

ORTEMA GmbH ist Service Star

Im Juni 2013 nahm die ORTEMA GmbH an der Aktion Service Star von Bietigheimer Zeitung und Metatrain teil, bei dem Kunden den Service in regionalen Unternehmen bewerten konnten. Besonders erfreulich für die Mitarbeiter der ORTEMA ist das Ergebnis des Kunden-Beziehungs-Index, denn 90,9 % der Kunden sind begeistert von Angebot und Service und würden die ORTEMA ihren Freunden und Bekannten weiterempfehlen!

Selbstverständlich wollen wir Ihnen auch weiterhin auf höchstem Niveau Qualität und Service bieten und uns in allen Bereichen weiterentwickeln. Wir freuen uns schon jetzt auf das Jahr 2014, **denn die ORTEMA wird 20 Jahre alt!** Dieses Ereignis wollen wir mit Ihnen feiern! Deshalb möchten wir Sie schon jetzt auf unsere große Gesundheitswoche im April 2014 hinweisen, bei der wir Sie bei interessanten Vorträgen, Workshops und Aktionen rund um das Thema Gesundheit informieren und begeistern werden!

Wir wünschen Ihnen nun viel Freude beim Lesen der aktuellen Ausgabe!

Olaf Sporys
Geschäftsführer ORTEMA GmbH
Dipl. Verwaltungswirt (FH),
Betriebswirt (VWA)

Hartmut Semsch
Geschäftsführer ORTEMA GmbH
Orthopädie-Techniker Meister

2. MARKGRÖNINGER SPORT MEETING

Aufgrund der anhaltenden Diskussion über Sportverletzungen und deren bestmöglichen Behandlung freuen wir uns sehr, das 2. Markgröninger Sportmeeting am 16.10.2013 in Kooperation mit der Orthopädischen Klinik Markgröningen (OKM) anzukündigen.

Ein Schwerpunkt in diesem Jahr ist die Schulter. Unabhängig von der Sportart leiden viele Sportler an verletzungs- oder verschleißbedingten Problemen dieses großen Gelenks.
Eine differenzierte Diagnostik sowie die individuelle Therapie sind für den Sportler äußerst wichtig.
Wie im letzten Jahr möchten wir allen Aktiven, Trainern, Übungsleitern und medizinischen Betreuern einen Überblick in die verschiedenen Bereiche ermöglichen, um nach einer Verletzung die notwendigen Schritte in der Erstversorgung und Nachbehandlung einzuleiten. Dr. Steffen Jehmlich, Sektionsleiter Schulterchirurgie der OKM, wird mit einem Vortrag über die verletzte Sportlerschulter sowie die entsprechende Diagnostik und Behandlung die Veranstaltung im neuen Kongressbereich der Klinik eröffnen. Vorträge zur physiotherapeutischen Nachbehandlung, zum Athletiktraining unter Berücksichtigung individueller Tests und orthopädie-technischer Versorgungen für den Sportler geben einen umfassenden Überblick in die gesamte Behandlungskette.

Handballtorwart Henning Fritz in Aktion

Ein Interview mit Henning Fritz, ehemaliger Handball-Nationaltorwart und Handball-Weltmeister, sowie auch eine interessante Industrieausstellung runden die Veranstaltung ab. Darüber hinaus kann man beim Selbstest einen Einblick in den Functional Movement Screen (FMS) gewinnen. Dieses standardisierte Testverfahren kann auf potentielle Verletzungsrisiken und ineffiziente Bewegungsmuster hinweisen.

„Neben den interessanten Vorträgen ist uns der direkte Austausch mit allen Teilnehmern äußerst wichtig“, so Hartmut Semsch, ORTEMA Geschäftsführer und Pionier im Bereich Sport Protection. „Gerade im regionalen Amateursport möchten wir über die Möglichkeiten der Orthopädischen Klinik Markgröningen und der verschiedenen Bereichen der ORTEMA informieren.“

Weitere Informationen finden Sie unter **www.ortema.de.**
Teilnahme kostenlos - Anmeldung erforderlich.

- TAG DER OFFENEN TÜR -

Es ist wieder so weit! ORTEMA Medical Fitness lädt zum Tag der offenen Tür ein und empfängt Sie auch in diesem Jahr mit einem sensationellen Angebot. Vier Wochen können Sie das Medical Fitness testen und sparen außerdem bei Abschluss einer Mitgliedschaft bis zu 168 €*!

Gründe, ein Fitnessstudio zu besuchen und aktiv Sport zu treiben, gibt es genug. Egal, ob jung oder alt, die Ziele lauten meistens „Gewicht reduzieren“, „etwas für den Rücken tun“, „fit werden“. Das Geheimnis des Erfolgs liegt dabei im Aufbau der Muskulatur, denn diese hat einen enormen Einfluss auf unsere Gesundheit.
Eine kräftige Muskulatur sorgt für eine gute körperliche Leistungsfähigkeit, ein gestärktes Immunsystem, einen funktionierenden Fettstoffwechsel und sogar für gesteigerte geistige Fähigkeiten. Bereits ab dem dreißigsten Lebensjahr verliert man pro Jahrzehnt bis zu drei Kilogramm an Muskelmasse, der Körperfettanteil nimmt dagegen zu. Die Folgen sind gesundheitliche Risiken wie Übergewicht, Gelenkschmerzen oder eine erhöhte Sturzanfälligkeit im Alter. Inzwischen ist jedoch erwiesen, dass das muskuläre System bis ins hohe Alter sehr gut trainierbar und das Krafttraining auch mit hohen Intensitäten durchaus zu empfehlen ist.
Eine professionelle Einweisung ist jedoch Voraussetzung, um das entsprechende Ziel zu erreichen, denn Umfang, Intensität und die Auswahl der Kraftgeräte spielen dabei eine große Rolle. „Wie oft man pro Woche trainieren sollte und wie hoch die Belastung sein darf, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab“, erklärt Dipl.-Sportwissenschaftlerin Carolin Braun. „Man muss jeden Menschen als Individuum betrachten und seine Ziele sowie sein Leistungsniveau genau analysieren, erst dann kann man ihm ein auf ihn abgestimmtes Trainingsprogramm zusammenstellen“.

Umfangreiches Angebot

Die umfangreichen Angebote im Medical Fitness reichen von einem hochmodernen, chipkartengesteuerten Gerätepark über einen Freihantelbereich mit Kabelzügen bis hin zu einem abwechslungsreichen Kursprogramm. Zu Beginn sind geführte Übungen an Kraftgeräten empfehlenswert, um den Körper an das Krafttraining zu gewöhnen, doch nach und nach sollten auch freie, funktionelle Übungen im Trainingsplan integriert werden. Damit sich die Kunden auch während des Trainings wohl fühlen, steht jederzeit ein Betreuungstrainer zur Verfügung, der die Bewegungsausführung kontrolliert.

Hochwertige Betreuung

Im Medical Fitness steht eine professionelle Betreuung an erster Stelle. Die ausgebildeten Dipl.-Sportlehrer, Sport- und Gymnastiklehrer sowie Sporttherapeuten verfügen über ein enormes fachliches Know-how und stehen Ihnen während des Trainings gerne mit Rat und Tat zur Seite. „Unseren Mitgliedern ist sehr wichtig, dass sie fachlich hervorragend betreut werden, denn sie legen praktisch ihre Gesundheit in unsere Hände“, so Bereichsleiterin Steffi Granzer. „Das Vertrauen, das sie uns schenken, geben wir mit hoher Qualität und einer sehr guten Betreuung zurück!“

Sind Sie neugierig geworden? Dann besuchen Sie uns am 13. Oktober 2013 am Tag der offenen Tür zwischen 11:00 - 17:00 Uhr und machen Sie sich selbst ein Bild von unseren umfangreichen Angeboten!

Das Medical Fitness Team freut sich auf Sie!

Testen Sie unsere Leistungen vier Wochen lang* und entscheiden Sie dann, ob Sie längerfristig bei ORTEMA Medical Fitness trainieren möchten. Entscheiden Sie sich für eine Mitgliedschaft, sparen Sie bis zu 168 €*!

* zum Preis des gewählten Tarifs, gültig für Neuinteressenten ab 16 Jahre

Abnehmen durch Fitness und GESUNDE ERNÄHRUNG

Das Gewicht soll runter - aber Sie wissen nicht wie? Die Medical Fitness Mitarbeiter empfehlen Ihnen zwei verschiedene Methoden, wie Sie Ihre Ernährung dauerhaft umstellen und zu einer gesünderen Lebensweise gelangen. Sie haben die Wahl!

1. Ernährungskurs nach der LC-Methode

Bereits seit 2008 wird der Ernährungskurs nach der LC-Methode angeboten und wurde bereits von über 500 Personen erfolgreich absolviert. Dabei geht es außer der Gewichtsreduktion vor allem darum, den Körperfettgehalt sowie die Körperumfänge zu reduzieren. Die Teilnehmer ernähren sich acht Wochen lang nach individuellen Ernährungsplänen, die auf dem Low Carb Prinzip basieren und werden zusätzlich einmal pro Woche gewogen und gemessen. Zweimal eine Stunde Fitnesstraining pro Woche im Medical Fitness Zirkel ist außerdem Pflicht. Nach acht Wochen haben die Teilnehmer im Durchschnitt 5 kg abgenommen sowie 7,5 Taillen- bzw. 5 cm Hüftumfang verloren. „Wer nach den acht Wochen erkannt hat, auf was es bei einer gesunden Ernährung ankommt, sich auch weiterhin regelmäßig bewegt und nicht wieder in alte Verhaltensmuster fällt, der kann sein Gewicht halten oder noch weiter abnehmen“, erklärt die Kursleiterin Steffi Granzer.

Der nächste Kurs startet am Montag, den 07. Oktober 2013. Die Info-Veranstaltung findet am Dienstag, den 01. Oktober 2013 um 18.30 Uhr statt! Anmeldung und weitere Informationen unter ☎ 07145 91 53770.

2. aerolution weight management

Seit Februar wird ein weiteres Ernährungskonzept angeboten und bereits von zahlreichen Teilnehmern erfolgreich umgesetzt. Grundlage für die Erstellung der Ernährungspläne bietet eine Messung der Atemgase, durch die der individuelle Energiehaushalt analysiert und der Grundumsatz bestimmt werden. Die vielfältigen Essenspläne, die von den ORTEMA Ernährungsberaterinnen individuell zusammengestellt werden, berücksichtigen Vorlieben und das vorhandene Zeitbudget der Kunden, so dass das Programm hervorragend in den Alltag integriert werden kann.
Im Gegensatz zur LC-Methode handelt es sich um eine Einzelberatung, die zu einem beliebigen Zeitpunkt begonnen werden kann. Ernährungsberaterin Jasmin Petzl rät den Teilnehmern unbedingt ein Fitnessprogramm dazuzubuchen, da Bewegung und gesunde Ernährung unausweichlich zusammengehören. „Durch ein kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining werden der Stoffwechsel angeregt, der Kalorienverbrauch erhöht und so die Gewichtsreduktion enorm unterstützt!“
Die Mindestdauer des individuellen Ernährungsprogramms beträgt sechs Wochen, kann jedoch je nach Bedarf verlängert werden.

Weitere Informationen zu den beiden Ernährungskursen erhalten Sie unter ☎ 07145 91 53770 oder www.ortema-medicalfitness.de.

Wichtige Termine...

Di 01. Oktober 2013*	**Informations-Veranstaltung zum Ernährungskurs nach der LC-Methode** bei ORTEMA Medical Fitness Start: 18:30 Uhr, Ende gegen 21:00 Uhr
Di 08. Oktober 2013*	**Start „Sling-Training“** bei ORTEMA Medical Fitness 18:15 Uhr (s. Seite 4)
Do 10. Oktober 2013*	**Start „Spinning®-Kurs“** bei ORTEMA Medical Fitness 18:45 Uhr (s. Seite 4)
So 13. Oktober 2013	**Tag der offenen Tür bei ORTEMA Medical Fitness** (s. oben) 11:00 - 17:00 Uhr
Mo 21. Oktober 2013	**Vortrag zu Faszialer Behandlung und den Ergebnissen der Studie** „Auswirkung der faszialen Behandlung auf das Krafttraining“ 18:30 Uhr
Di 22. Oktober 2013	**Vortrag „Strategien der Stressbewältigung und Burnout-Prophylaxe“** Frau Leonie Thies, Dipl.-Psychologin 18:30 Uhr
Fr 25. Oktober 2013*	**Start „Athletikkurs“** bei ORTEMA Medical Fitness 18:30 Uhr (s. Seite 4)

Monatlich finden in der Orthopädischen Klinik Markgröningen Patientenveranstaltungen zu verschiedenen Themen statt.

Alle Termine der Patienten-Informationsveranstaltungen unter www.okm.de.

***Telefonische Anmeldung unter ☎ 07145 91 53770 für Info-Abend erbeten, für Kursteilnahme zwingend erforderlich. Weitere Informationen unter www.ortema-medicalfitness.de**

GUTSCHEIN

SIE SPAREN 20€*

Sparen Sie **20 Euro*** bei einem FMS (Functional Movement Screen), mehr Informationen auf Seite 4.

*Gutschein kann nicht in bar ausgezahlt werden. Keine Kombination mit anderen Angeboten möglich. Pro Person nur ein Gutschein einlösbar. Anmeldung erforderlich unter ☎ 07145 91 53770.

ORTEMA MEDICAL FITNESS

ORTEMA Medical Fitness -

DIE NEUEN KURSE

Die Outdoor-Saison nähert sich dem Ende und viele Sportler müssen ihr Training wetterbedingt in die Halle verlegen oder halten sich im Fitnessstudio fit. Medical Fitness bietet in den Herbst- und Wintermonaten spezielle und hoch effektive Kurse wie Sling-Training, Spinning® und Athletiktraining an und setzt dabei sowohl auf neue Trends als auch auf Altbewährtes. Neu im Medical Fitness Programm ist der Functional Movement Screen (FMS), ein Testverfahren, durch das man muskuläre Dysbalancen und individuelle Fehlbelastungen erkennen und wirkungsvoll dagegen vorgehen kann.

Athletik-/ Functionaltraining

Spätestens seit bei der WM 2006 Deutschlands Fußballstars beim Training unter Jürgen Klinsmann abenteuerliche Übungen mit Hütchen, Gummibändern und anderen Kleingeräten absolvierten, ist das sogenannte Athletiktraining bekannt und inzwischen sowohl im Leistungs- als auch im Freizeitsport voll im Trend.
Ziel dieser effektiven Trainingsform ist neben der Verbesserung von Kraft und Ausdauer vor allem die Steigerung der koordinativen Fähigkeiten, der Beweglichkeit und der Schnelligkeit. Im Gegensatz zum Training an Kraftmaschinen, bei dem häufig nur ein Muskel isoliert trainiert wird, werden beim Athletiktraining durch komplexe, freie Übungen ganze Muskelketten aktiviert, so dass das Zusammenspiel von Nerv und Muskel deutlich verbessert wird. Ein besonderes Augenmerk gilt dem Training der stabilisierenden Rumpfmuskulatur, denn diese unterstützt alle Muskelaktionen in Bewegung und sorgt für eine optimale Kraftübertragung.

Sprünge, Liegestützen und effektive Übungen mit dem eigenen Körpergewicht oder mit diversen Kleingeräten wie Medizinbällen, Seilen oder Koordinationsleitern fordern dabei den Teilnehmern so manchen Schweißtropfen ab. Die Intensität der Übungen ist in der Regel hoch, so dass das Training nur von gesunden Personen absolviert werden sollte. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie den Kurs als Winter-Ergänzungstraining für Ihre Sportart oder zur Verbesserung Ihrer allgemeinen Fitness besuchen.
Wenn Sie Interesse daran haben, neue Reize zu setzen und Ihren Körper gezielt und effektiv trainieren möchten, dann ist ein wirkungsvolles Athletiktraining genau das Richtige für Sie.

Functional Movement Screen

Beim „Functional-Movement-Screen“ (FMS) handelt es sich um ein standardisiertes Testverfahren, bei dem wichtige konditionelle Fähigkeiten zur Erfassung potentieller Verletzungsrisiken und ineffizienter Bewegungsmuster überprüft werden. Schwächen sollen so rechtzeitig erkannt und Trainingsempfehlungen entsprechend abgestimmt werden.
Der Screen basiert auf sieben grundlegenden Bewegungsaufgaben, die vom Probanden ausgeführt werden müssen. Die geschulten Medical Fitness Therapeuten decken dabei Asymmetrien und Dysbalancen auf, die häufig von Sportlern innerhalb der Bewegungen kompensiert werden. „Durch die Ergebnisse der Testreihe können wir individuell abgestimmte Trainingspläne entwickeln und damit einerseits Ihre persönlichen Schwachstellen in den Bereichen Mobilität und Stabilität minimieren und andererseits Bewegungsabläufe optimieren“, erklärt Mario Gallo, Sporttherapeut und FMS Certified Expert. Er empfiehlt den FMS sowohl Personen, die aufgrund muskulärer Dysbalancen Bewegungseinschränkungen verringern bzw. ihre Bewegungsausführung verbessern wollen, als auch denjenigen, die gezielt gegen ihre Rücken- oder andere Gelenkbeschwerden vorgehen möchten.

Der Functional Movement Screen eignet sich hervorragend zur Vorbereitung auf das Athletiktraining! Buchen Sie Athletiktraining in Verbindung mit dem FMS zum Sonderpreis von 199 € (Sie sparen 35 €)

Ihr Ansprechpartner:
Mario Gallo
Sporttherapeut Medical Fitness und MTT
FMS Certified Expert und Athletiktrainer

Medical Fitness Kurse:

Athletik-/ Functionaltraining
Kursbeginn: Freitag, 25. Oktober 2013, 18:30 - 19:45 Uhr
Kosten: 125 €

Spinning®
Kontrolliertes Ausdauertraining auf speziell entwickelten Spinning® -Bikes auf fetzige Musik in der Gruppe!
Kursbeginn: Donnerstag, 10. Oktober 2013, 18:45 - 19:45 Uhr
Kosten: 100 €

Sling-Training
Ganzkörpertraining, bei dem vor allem die tiefliegende Muskulatur trainiert wird. Für Einsteiger und Fortgeschrittene.
Kursbeginn: Dienstag, 08. Oktober 2013, 18:15 - 19:00 Uhr
Kosten: 100 €

Die Kursdauer beträgt jeweils acht Wochen!
Anmeldung unbedingt erforderlich, Teilnehmerzahl begrenzt

Weitere Informationen erhalten Sie außerdem unter ☎ 07145 91 53770 oder im Internet unter www.ortema-medicalfitness.de.

MEDICAL FITNESS STUDIE 2013

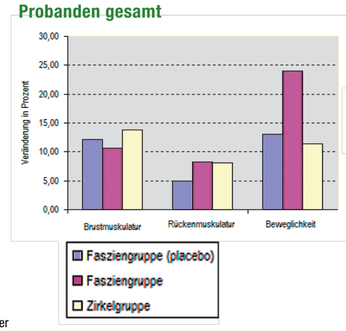
DIE ERGEBNISSE

An der diesjährigen Studie zum Thema „Wie entwickeln sich Kraft und Beweglichkeit bei reinem Krafttraining im Vergleich zur Kombination aus Krafttraining und Faszienbehandlung“ nahmen 53 Probanden teil und trainierten vier Wochen lang – aufgeteilt in drei Gruppen - fleißig an Kraftgeräten und in speziellen Gymnastikkursen. Im Durchschnitt konnten sich die Teilnehmer aller Gruppen hinsichtlich der Kraftentwicklung verbessern. Ein deutlicher Unterschied zwischen den verschiedenen Trainingsgruppen wurde jedoch im Bereich Beweglichkeit festgestellt.

Die Probanden wurden zu Beginn der Untersuchung nach dem Zufallsprinzip in eine „Zirkelgruppe“ und eine „Fasziengruppe“ eingeteilt und mussten spezielle Kraft- und Beweglichkeitstests absolvieren. Diese mussten von der Fasziengruppe nach ein bis zwei Tagen im Anschluss an eine von Phyisiotherapeut Rüdiger Michel durchgeführte Behandlung des Schultergürtels mit manuellen Faszientechniken wiederholt werden. Was die Probanden allerdings nicht wussten war, dass innerhalb dieser Gruppe noch einmal per Zufallsprinzip eine Placebogruppe bestimmt wurde, die zwar eine Behandlung, jedoch keine spezielle Faszienbehandlung bekam.
Da Medical Fitness Mitarbeiter Hannes Lampert die Studie zum Thema seiner Bachelorarbeit wählte, musste diese Maßnahme aufgrund der wissenschaftlichen Vorgaben der Universität Konstanz durchgeführt werden.
Bereits nach der ersten Wiederholung der Tests durch die Fasziengruppe konnte man erkennen, dass sich die Beweglichkeit der tatsächlich behandelten Probanden durchschnittlich deutlich um 17,25 % verbesserte!
Nach Beendigung der Voruntersuchungen begannen die Probanden mit ihrem vierwöchigen Trainingsprogramm.
Die „Zirkelgruppe“ trainierte zweimal pro Woche im Medical Fitness Zirkel, die „Fasziengruppe“ absolvierte einmal pro Woche das Krafttraining im Medical Fitness Zirkel und nahm zusätzlich an einem speziellen Faszien-Gymnastikkurs teil.
Nach vier Wochen bzw. acht Trainingseinheiten führten alle Studienteilnehmer die Kraft- und Beweglichkeitstests ein weiteres Mal durch. Festgestellt werden kann, dass sich die Kraft der Brustmuskulatur im Durchschnitt stärker verbessert hat, als die der oberen Rückenmuskulatur. Die Zirkelgruppe weist dabei mit einer Verbesserung von durchschnittlich 13,87 % die höchste Steigerung auf. Es bleibt insgesamt festzuhalten, dass bereits ein vierwöchiges Training das Kraftniveau deutlich steigert, egal ob es sich dabei um ein reines Krafttraining oder ein kombiniertes Trainingsprogramm handelt.
Eine positive Auswirkung der faszialen Behandlung im Hinblick auf die Kraftentwicklung kann jedoch nicht generell festgestellt werden.
Deutlich zu erkennen ist allerdings, dass sich die Beweglichkeit der Probanden, die eine fasziale Behandlung bekommen hatten, deutlich stärker verbessert hat, als die der anderen Gruppen. Die Fasziengruppe weist eine Verbesserung von durchschnittlich 23,96 % auf gegenüber 13,05 % der Placebo- und 11,48 % der Zirkelgruppe.
Es kann also davon ausgegangen werden, dass sich eine fasziale Behandlung positiv auf das individuelle Bewegungsausmaß auswirkt und sich der Erfolg einer einmaligen Behandlung auch noch nach mehreren Wochen feststellen lässt.
Insgesamt beurteilen die Medical Fitness Mitarbeiter das Ergebnis der Studie sehr positiv, auch wenn sich kein deutlicher Unterschied zwischen den beiden Trainingsformen hinsichtlich der Kraftentwicklung feststellen lässt.

Das Medical Fitness Team bedankt sich bei allen Probanden ganz herzlich für die Teilnahme an der Studie!!

Probanden gesamt



Zusammenfassung

1. Bereits ein vierwöchiges Krafttraining wirkt sich positiv auf die Kraftentwicklung aus, unabhängig von der gewählten Trainingsform
2. Eine fasziale Behandlung verbessert das individuelle Bewegungsausmaß
3. Die Auswirkungen einer faszialen Behandlung können über mehrere Wochen gehalten werden

Fasziale Behandlung des Schultergürtels

Fasziale Behandlung

Faszien sind bindegewebige, derbe Hüllen, die Organe und Muskeln umgeben. Sie gehen ineinander über und verbinden so auch weit auseinander liegende Körperteile. Verklebungen der Faszien führen dazu, dass der Zug von bestimmten Muskelgruppen zu hoch wird und sich dadurch Körperhaltung und Gelenkstellungen verändern. Verklebungen entstehen durch monotone Körperhaltungen, Stürze und Unfälle und können durch Gymnastik und Sport nicht gelöst werden. Dazu müssen manuelle Faszientechniken angewandt werden, um einerseits der Muskulatur die richtige Zugrichtung wiederzugeben und andererseits wieder verletzungs- und schmerzfrei Sport treiben zu können.
Fasziale Behandlungen (60 min pro Behandlung) können zum Selbstkostenpreis von 60 € bei ORTEMA gebucht werden. Nähere Informationen erhalten Sie unter ☎ 07145 91 53850.

AMBULANTE ORTHOPÄDISCHE REHABILITATION

Im August 2011 erhielt die ORTEMA die Zulassung für die ambulante orthopädische Rehabilitation. Für den Klinik-Standort Markgröningen bedeutete das ein erweitertes Versorgungsangebot und ermöglicht eine fast komplette Versorgungskette mit Prävention, Therapie, OP, Rehabilitation und Nachsorge an einem Standort.

Gute Akzeptanz und über 1000 Patienten

In diesen ersten zwei Jahren wurden über 1000 Patienten (Rehabilitation und Nachsorge) in der ORTEMA-Rehabilitation erfolgreich behandelt. Mittlerweile werden Patienten von vielen Krankenhäusern der Region und auch vielen niedergelassenen Ärzten zur ORTEMA-Reha überwiesen oder empfohlen.

Hohe Patientenzufriedenheit

Jeder unserer Reha-Patienten bekommt zum Ende der Reha einen 8-seitigen Fragebogen, der edv-gestützt eingelesen und ausgewertet wird. Die Daten von 286 Fragebögen (= Reha-Fällen) des gesamten Jahres 2012 zeigen eine sehr hohe Patientenzufriedenheit (s. Abb. unten).
Diese Zufriedenheit ist eine schöne Bestätigung und Motivation für das eingespielte und erfahrene Reha-Team, welches von Dr. Sven Schemel, Arzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, geleitet wird.

Vorteile

Vorteilhaft für die Patienten ist die Nähe zur Orthopädischen Klinik Markgröningen (OKM). Die dort vorhandenen diagnostischen Möglichkeiten sowie das hauseigene, renovierte Bewegungsbad können bei Bedarf selbstverständlich genutzt werden.
Die freie Auswahl von Speisen und Salaten am Mittagsbuffet im Casino „Ambiente“ findet ebenfalls großen Zuspruch und ist für eine ambulante Reha wohl einmalig. Zwei Reha-Busse mit Klimaanlage, Standheizung, Einstiegshilfen und freundlich-hilfsbereiten Fahrern holen und bringen die Patienten, welche noch nicht wieder selbst fahrfähig sind.

Welche Diagnosen?

Wir behandeln in der Reha Patienten mit Gelenkproblemen, Gelenkersatz-OPs, akuten und chronischen Rückenproblemen mit und ohne bisherige OP, Spinalkanalstenosen, Bandscheibenvorfällen, Sportverletzungen, Unfallverletzungen, Kreuzbändern, Rotatorenmanschetten, Osteoporose, usw.
Nach der Reha: Nachsorge und weiteres Training
Nach einer Reha wollen viele Patienten das Ergebnis der Reha halten und verbessern. Dafür nutzen sie strukturierte Nachsorgeprogramme z. B. der DRV Baden-Württemberg oder bleiben anderweitig in Bewegung, zum Beispiel durch weiteres Training im Medical Fitness der ORTEMA.

Sie möchten zu uns?

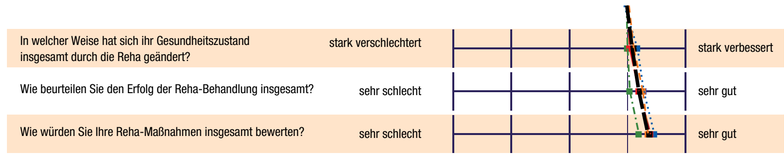
Erster Ansprechpartner für eine Rehabilitation ist Ihr Haus- oder Facharzt. Bei einer stationären Behandlung im Krankenhaus ist meist der Sozialdienst der Klinik verantwortlich. Im Rahmen des sogenannten Wunsch- und Wahlrechtes dürfen Sie Ihren Wunsch für eine bestimmte Reha-Einrichtung vorbringen, der von der Kasse nur mit Begründung abgelehnt werden darf.

Reha-Nachsorge ASP: neue Kurse, neue Inhalte

Die DRV Baden-Württemberg bietet ihren Versicherten ein kostenloses Nachsorgeprogramm nach einer Reha (ambulant oder stationär). Ein solches Programm beinhaltet 24 Trainingstermine à 90 min in den ersten Monaten nach der Reha. Eine Empfehlung zur Reha-Nachsorge stellt Ihre behandelnde Reha-Einrichtung aus.
Seit Juni 2013 bietet die ORTEMA zusätzlich auch ein Schlingentraining (Sling-Training) an. Das ist ein intensives und effektives Ganzkörpertraining an Seil und Schlingen unter Nutzung des eigenen Körpergewichtes.

Das Nachsorgetraining wird meist berufsbegleitend durchgeführt. Unsere Kurs- und Trainingszeiten sind darauf abgestimmt. Die aktuellen Kursinhalte und Zeiten finden Sie unter **www.ortema-rehabilitation.de**.

Fragen und Anmeldung zur Reha-Nachsorge: ☎ 07145 91 53850 oder per E-Mail: rehabilitation@ortema.de. Wir freuen uns über Ihr Interesse.



Das gesamte Ergebnis von 2012 (286 ausgewertete Fragebogen) zeigt eine sehr hohe Patientenzufriedenheit.

Dr. med. Sven Schemel
Chefarzt ambulante Rehabilitation
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

KOOPERATION MIT DEN STEELERS AUSGEBAUT

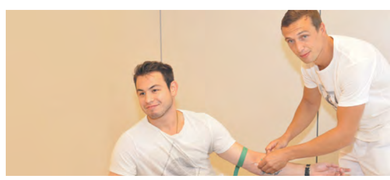
OKM ÜBERNIMMT DIE ÄRZTLICHE BETREUUNG

Die Bietigheimer Steelers, Eishockey-Meister der zweiten Bundesliga 2012/13 und Pokalsieger, bekommen weitere Unterstützung des Kompetenzzentrums Markgröningen.

„Wir freuen uns sehr, die Steelers in der kommenden Saison noch umfangreicher betreuen zu können“, so Hartmut Semsch. In der kommenden Saison bekommen die Sportler wie im letzten erfolgreichen Jahr orthopädietechnischen und physiotherapeutischen Support durch die ORTEMA. Das Team um Eishockey-Koordinator Heiko Schmidgall versorgt die Steelers-Spieler mit Orthesen, Protektoren, Skate-Einlagen und weiteren technischen Hilfsmitteln. Die Physiotherapeuten, Julia Gabski und Pirmin Härle, sind täglich in der Halle, um für die optimale Betreuung bei Training und Spiel zu sorgen.

Medizinischer Support wird ausgeweitet

Die **Sportorthopädie und Arthroskopische Chirurgie der orthopädischen Klinik Markgröningen** wird gemeinsam mit Dr. Boris Brand, **medi-Cross-Neckarsulm**, die ärztliche Betreuung der Steelers übernehmen. „Die Verbindung besteht bereits seit einigen Jahren“, so Chefarzt Dr. Richter, der in der Eishockey-Szene einen sehr guten Ruf genießt und internationale Athleten zu Gast hat. Dr. Phillipp Mayer, unterstützt von Dr. Hans-Jörg Bülow, wird für die orthopädische Fachklinik vor Ort sein und in Kooperation mit Dr. Brand die ärztliche Betreuung gewährleisten.



CHECK-UP für die harten Jungs

Neben einem rountinemäßigen Check-up mit Blutuntersuchung wurden die Spieler vor Saisonbeginn auch auf ihre Beweglichkeit geprüft. Der Functional Movement Screen (FMS) liefert wichtige Ergebnisse, um effizient trainieren zu können und Beschwerden vorzubeugen bzw. entgegenzuwirken.

ORTHOPÄDIE-TECHNIK

SPORT PROTECTION

„In Roth hat sich für mich ein Lebenstraum erfüllt“

Erfolgreicher Triathlet mit Handicap: Simon Gänger vom Team Physio Extrem

„We are triathlon!“, rufen Simon Gänger, Claudius Gross und Timo Striegel vom Ludwigsburger Team Physio Extrem begeistert in die Kamera. Es ist der Schlachtruf der Ironman-Triathleten und das Motto des weltweit populären Langdistanz-Triathlons „Challenge Roth“, der im fränkischen Roth stattfand. Für die drei Athleten aus dem Kreis hat sich das harte Training der letzten Monate bezahlt gemacht.
Der wahre Ironman im Team stand jedoch bereits vorab fest, denn Simon Gänger, dessen linker Arm aufgrund eines schweren Motorradunfalls komplett gelähmt ist, bewältigte die drei Mammut-Disziplinen - 3,8 Kilometer schwimmen, 180 Kilometer Rad fahren und 42 Kilometer laufen - einarmig. „Der Zieleinlauf im Triathlon Station in Roth war unbeschreiblich und es hat sich für mich ein Lebenstraum erfüllt.“ Kein Wunder, dass nach all den Strapazen und vor einer atemberaubenden Kulisse von 220.000 Zuschauern die Emotionen hochkochten. „In dem Moment, als ich das Ziel vor Augen hatte, dachte ich: vor acht Jahren hätte dein Leben vorbei sein können und nun läufst du hier ein und hast einen Ironman in den Beinen, das ist einfach einmalig.“
Der Extremsport hat auch die Techniker von ORTEMA vor Herausforderungen gestellt. „Der gelähmte Arm von Simon muss eng am Körper fixiert werden, um ihn bei der hohen Belastung nicht zu behindern. In seinem Fall über einen Zeitraum von elf Stunden. Dabei darf die Fixierung weder die Durchblutung stören, noch Druck- oder wunde Stellen verursachen“, weiß Techniker Michael Frank zu berichten. Bis die endgültige Orthese, eine komplette Indiviualversorgung, fertiggestellt werden konnte, verging einige Zeit. Nach etlichen Trainingsstunden hatte man jedoch genug Erfahrung gesammelt, um ihn auch für den Iron Man auszustatten. Michael Frank versorgt Gänger seit Beginn seiner sportlichen Karriere. Die begann vor über zwei Jahren, als der 45-jährige Physiotherapeut des Klinikums Ludwigsburg-Bietigheim Claudius Gross, das „extreme“ Potential seines Patienten erkannt und Simon Gänger damit neuen Lebensmut verschaffte. Seither trainieren die beiden Ausdauersportler Seite an Seite und stecken sich ständig neue Ziele.
Sie beide verkörpern den Namen des Teams. „“Physio“ steht für mich, Simon ist “Extrem“, erklärt Claudius Gross den eigens für Roth erfundenen Teamnamen. Die erste große Herausforderung haben sie mit Bravour gemeistert. Nach 11 Stunden und 35 Minuten erreichte der 33-jährige Handicap-Athlet aus Löchgau glücklich das Ziel, wo ihn seine Teamkollegen Gross (10h 46min) und Striegel (11h 09min) sowie ein laut jubelndes Publikum – darunter viele Betreuer und Freunde - erwarteten.
Mit Sicherheit, da sind sich die außergewöhnlichen Sportler aus dem Ludwigsburger Raum einig, wird das Team Physio Extrem auch in Zukunft auf vielen Wettkämpfen zu sehen sein. Bereits im August bestritten Gross und Gänger den Ötztaler Radmarathon und im September nahm der Patient der KlinikenPhysio an den Deutschen Meisterschaften im ParaTriathlon in Willich teil. „Nächstes Jahr werde ich einige nationale und internationale ParaTriathlonwettkämpfe mitmachen“, sagt Gänger und fügt hinzu: „Vielleicht bleiben auch die ParaOlympics in Rio 2016 nicht nur ein Traum!“

Weltneuheit!

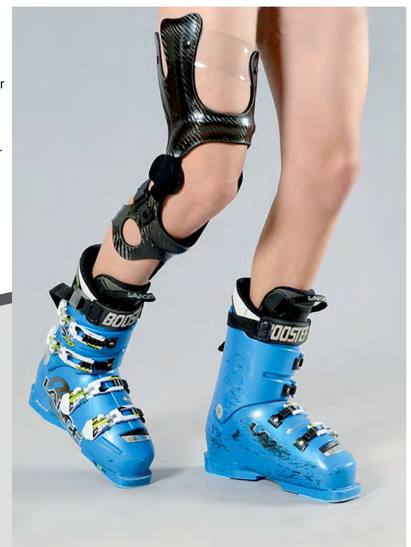
ORTEMA schließt die Sicherheitslücke zwischen Helm und Rückenprotektor. ORTEMA-Technologie in der Ziener Skibekleidung!

ORTEMA mit revolutionärer Knieorthese zur Vorbeugung von Kreuzbandschäden am Start

Mit einer absolut innovativen Knieorthesen-Technik schlägt ORTEMA ein neues Kapitel in der präventiven Versorgung der Skirennsportler auf. Mit der Neuentwicklung lässt sich das Risiko von Kreuzbandverletzungen nachweislich minimieren oder im besten Fall sogar vermeiden.

Kreuzbandschäden im Skirennsport sind das zentrale Thema in der Verletzten-Statistik. Die bisherigen passiven Anstrengungen, um Abhilfe zu schaffen, scheiterten im Wettkampfbetrieb immer wieder. Weder dickere Rennanzüge, größere Helmumfänge noch verschiedene Skitaillierungen und Längen konnten die Knieverletzungsrate minimieren.
Auf Initiative des DSV und gefördert durch das Bundesinstitut für Sportwissenschaft hat eine durch die Münchner Innovationsmanufaktur GmbH koordinierte Projektgruppe, von Wissenschaftlern und Medizinern der TU München, Experten des Olympiastützpunkts Bayern, Herren-National-Cheftrainer Charly Waibel, Fertigungsexperten der phoenix GmbH sowie erfahrenen Orthopädie-Technikern der ORTEMA, in mehr als drei Jahren Forschungs- und Entwicklungstätigkeit den Grundstein für ein (r)evolutionäres Produkt gelegt. Der Vertrieb erfolgt ab sofort über die ORTEMA GmbH, dem offiziellen Partner des Deutschen Skiverbandes und Ausstatter der alpinen Nationalmannschaften für Orthopädie-Technik und persönlicher Schutzausrüstung.
Die präventiv eingesetzte Knieorthese (Präventhese) besteht aus einer Kohlefaser-Schiene, die mit einer speziellen Hose getragen wird. Das System scheint auf den ersten Blick simpel, strotzt jedoch voller technischer Feinheiten. Für die Entwicklung der Schiene wurden Dutzende an Scans von Knien in verschiedenen Beugewinkeln übereinander gelegt. Muskelareale und verschiedene Zonen und Linien der Kaderathleten mussten für ein optimales Ergebnis vermessen werden.
ORTEMA-Chef Hartmut Semsch: „Mit dieser Knieorthese zeigen wir, dass es möglich ist, die Kniegelenke der Rennläufer und ihre Bandstruktur zu sichern, ohne die Performance einzuschränken. Die Form des Orthesenrahmens orientiert sich an Flächen geringer Muskelvolumenänderung. Die Hose der Knieorthese als Anbindung zum Körper folgt sogenannten LONES (Lines of non extension), also Linien am Körper, bei denen durch Bewegung des Kniegelenks keine oder nur eine sehr geringe Längenänderung auftritt“, führt der Knieorthesenspezialist aus, der auf eine Jahrzehnte lange Erfahrung in der Anfertigung von individuell hergestellten Orthesen zurückblickt.

Mittlerweile wurden die ersten World-Cup Rennläufer, die in der letzten Saison einen Kreuzbandriss erlitten hatten, mit der neuen Exos Präventhese mit Erfolg versorgt. Sie absolvieren jetzt, gut geschützt, die Trainingslehrgänge der deutschen und Schweizer Nationalmannschaften. DSV-Cheftrainer Waibel: „Ich bin erstaunt, wie schnell sich meine Rennläufer mit den Präventhesen angefreudet haben! Wir sind die ersten, die sich weltweit mit einer aktiven Kniesicherung über die neu entwickelten Knieorthesen beschäftigen! Ich erhoffe eine deutliche Reduktion der gefürchteten Kreuzbandrisse in den nächsten Jahren!“



Offizieller Partner der MX Masters Serie
Offizieller Orthopädie-Techniker und Ausrüster für Sport Protektion (Alpin) der Deutschen Ski-Nationalmannschaften
Bayerischer Skiverband - www.bsv-ski.de
Offizieller Partner des Deutschen Paralympic Skiteam alpin
Offizieller Ausrüster für Rückenprotektoren des US Ski Team
Offizieller Ausrüster für Rückenprotektoren des Canada Ski Team
Offizieller Ausrüster für Rückenprotektoren des GB Snowsport
Offizieller Partner des Norwegischen Ski Verbandes
Offizieller Ausrüster des Japanischen Ski Verbandes
Offizieller Partner des Deutschen Eishockey Bundes
Offizieller Partner der Bietigheim Steelers

ERFOLGREICHE UNTERNEHMEN BRAUCHEN GESUNDE MITARBEITER!

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat Stress und seine Folgeerkrankungen als das zweithäufigste arbeitsbedingte Gesundheitsproblem identifiziert und zu einer der größten Gesundheitsgefahren des 21. Jahrhunderts erklärt.

Die Förderung der Stressbewältigungskompetenz der Mitarbeiter und die Prävention von Stressfolgeerkrankungen wie Burnout, Depression und Angsterkrankungen sollten daher integraler Bestandteil der betrieblichen Gesundheitsförderung auf allen Organisationsebenen Ihres Unternehmens sein.

Wir bieten auf Ihren individuellen Bedarf abgestimmte Einzelberatungen, Klein- und Großgruppen-Workshops, Seminare und Vorträge zur Vermittlung von erfolgreichen Stressbewältigungsstrategien sowie die Förderung der Burnout-Prävention an.

Unsere Veranstaltungen umfassen eine Kombination aus Wissensvermittlung, Selbst- und Fremdanalyse, Diagnostik, praktischer Übung und Diskussion. Sie befähigen die Mitarbeiter, eigene Einflussmöglichkeiten zu erkennen, um Anforderungen und Belastungen im Berufsalltag selbständig und aktiv bewältigen zu können. Unsere Angebote konzipieren wir entsprechend Ihrer individuellen Voraussetzungen im Unternehmen für unterschiedliche Teilnehmergruppen (z.B. ganze Teams, reine Mitarbeitergruppen, Führungskräfte).
Um möglichen arbeitsbedingten Stressfolgeerkrankungen rechtzeitig zu begegnen, bieten wir verschiedene Vorträge, Seminare und Workshops an. Ein zentraler Ansatzpunkt ist die Vermittlung von Strategien der Stressbewältigung und Stressvermeidung zur Burnout-Prophylaxe.

Um einen ersten Einblick in dieses Thema zu bieten, veranstalten wir am 22.10.2013, um 18.30 Uhr einen Informationsabend zum Thema psychische Gesundheit.

Dipl.-Psychologin Leonie Thies stellt in ihrem Vortrag **„Strategien der Stressbewältigung und Burnout-Prophylaxe“** Möglichkeiten zum besseren Umgang mit Stress vor.

Vortragsinhalte

- Klärung des Begriffs Stress
- Analyse von Arbeitsstil und persönlichen Stressauslösern, -reaktionen und –symptomen
- Aufklärung über Stressfolgen und stressassoziierte Erkrankungen
- Bestimmung von individuellem Belastungsniveau und Burnout-Gefährdung
- Vermittlung von erfolgreichen Strategien der Stressbewältigung und Burnout-Prävention
- Entspannungstraining
- Kommunikationstraining
- Mentales Training

Ihr Ansprechpartner:
Rüdiger Loy
Geschäftsbereichsleiter
Rehabilitation & Medical Fitness
Dipl.-Kaufmann, Dipl.-Sportwissenschaftler

Sie haben Fragen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung?

Dann nehmen Sie Kontakt mit uns auf unter
☎ 07145 91 53770, oder bgf@ortema.de.
Weitere Informationen finden Sie auch unter
www.ortema-medicalfitness.de, Stichwort BGF.

1. ORTEMA - Orthopädie-Technik & Sanitätshaus, Sport Protection
2. OKM - Orthopädische Klinik Markgröningen
Spezialklinik für Sportorthopädie, Endoprothetik, Neuroorthopädie, Handchirurgie
3. ORTEMA - Rehabilitation & Medical Fitness

ORTEMA GmbH · Kurt-Lindemann-Weg 10 · 71706 Markgröningen

ORTEMA Medical Fitness · Tel. 07145 91 53770 · Fax 07145 91 53960
medicalfitness@ortema.de · www.ortema-medicalfitness.de
ORTEMA Rehabilitation · Tel. 07145 91 53850 · Fax 07145 91 53960
rehabilitation@ortema.de · www.ortema-rehabilitation.de
ORTEMA Orthopädie-Technik · Tel. 07145 91 53800 · Fax 07145 91 53980
info@ortema.de · www.ortema.de

Filiale Ludwigsburg · Posilipostraße 4 · 71640 Ludwigsburg · Tel. 07141 99-68720 · Fax 07141 99-68739 · ludwigsburg@ortema.de
Filiale Waiblingen · Alter Postplatz 13 · 71332 Waiblingen · Tel. 07151 985994-0 · Fax 07151 985994-94 · waiblingen@ortema.de
Filiale Pforzheim · Rastatter Straße 17-19 · 75179 Pforzheim · Tel. 07231 13966-67 · Fax 07231 13966-84 · pforzheim@ortema.de

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG DURCH UNSERE PARTNER

JETZT NEU BEI UNS
Red Bull BRILLEN KOLLEKTION
blick punkt m u r a s
BLICKPUNKT OPTIK-FACHGESCHÄFT MARKTPLATZ 2 71679 ASPERG TEL.071412982123 FAX071412984308 BLICKPUNKT-ASPERG.DE

RATHAUS APOTHEKE
GUNTHER E. DORDA
zertifiziert ISO 9001 for you Cert
Marktplatz 2, 71679 Asperg
Tel.:07141/65681
e-Mail: raasp@gmx.de
www.rathaus-apotheke-asperg.de

TÜV SÜD Akademie
Stefan Klaus
Sven Schaller
zertifizierte Schlafberater (SBA)
Gailing IHR BETTENHAUS.
Kompetente Beratung bei Deutschlands Bettenfachhändler des Jahres!
Bietigheim
Pleidelsheimer Straße 11-13
Ludwigsburg
Schwieberdinger Straße 104
www.betten-gailing.de

Peter Schreiner
Fliesenlegermeister
Fliesen ❖ Marmor ❖ Mosaik ❖ Natursteine
info@schreiner-fliesen.de
www.schreiner-fliesen.de
71679 Asperg · Im Ried 8
Telefon 071 41 - 6 51 05
Telefax 071 41 - 661 331

GEPRÜFTES GESUNDHEITSREISEBÜRO
Beratung · Kompetenz · Sicherheit
Jordan. REISEN UND MEER
Friedrichstr. 36 | 71679 Asperg | Fon 07141-29894-0
Cannstatter Str. 1 | 71686 Aldingen | Fon 07146-2877-60
WWW.REISEBUERO-JORDAN.DE | WWW.JORDAN-CRUISE.DE
Travel Health NETWORK · FORUM · APOLLON

TheraVent aktiv
TheraVent aktiv Marbach a. N.: Ambulante ganztägige neurologische Rehabilitation, tagesklinische Behandlung, berufliche Rehabilitation, Behandlung von Kindern und Erwachsenen
TheraVent aktiv Marbach a. N.: Praxis für Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie/Krankengymnastik und Massage
TheraVent aktiv Bietigheim-Bissingen: Praxis für Ergotherapie, Logopädie, Osteopathie, Physiotherapie/Krankengymnastik und Massage, Behandlung von Kindern und Erwachsenen
www.theravent-aktiv.de
Panoramastr. 9/1 · 71672 Marbach a.N. Tel.: 07144 16096-0 Fax: 07144 16096-90 marbach@theravent-aktiv.de
Bahnhofsplatz 3 · 74321 Bietigheim-Bissingen Tel.: 07142 99380-3 Fax: 07142 99380-50 bietigheim@theravent-aktiv.de

IMPRESSUM

Herausgeber:
ORTEMA GmbH
Kurt-Lindemann-Weg 10
71706 Markgröningen

Verantwortliche:
Hartmut Semsch, Olaf Sporys
Prof. Dr. Jörg Martin, Dr. Peter Steiner
Geschäftsführer der ORTEMA GmbH

Bilder/Fotos:
ORTEMA GmbH, ART-KOM GmbH.
fotolia.com, Heuberger

Gestaltung:
ART-KOM GmbH

Auflage: 27.000 Exemplare

Erscheinungsweise:
zweimal jährlich

2013 © Copyright ORTEMA GmbH