

## Ganz im Sinne von Prävention und Sport – Medizinische Trainingstherapie

Unsere mit modernsten Trainingsgeräten ausgestattete Medizinische Trainingstherapie bietet allen Gesundheitsbewussten auf 100 m<sup>2</sup> Trainingsfläche den richtigen Rahmen für ein erfolgreiches Training und einen gesunden Lebensstil. Mit einem individuell abgestimmten Trainingsprogramm und einem kontinuierlich durchgeführten Training kann jeder – ob mit oder ohne Handicap – seine Gesundheit verbessern.

Zu Beginn Ihres Trainings in unserer Medizinischen Trainingstherapie erhalten Sie eine Einführung inklusive Trainingsberatung, die Ihnen dabei helfen soll, Ihre ganz persönlichen Ziele zu definieren und einen auf Sie perfekt zugeschnittenen Trainingsplan zu erarbeiten. Die regelmässige Trainingsberatung dient dazu, Ihre Ziele im Auge zu behalten und Ihren Trainingsplan gegebenenfalls anzupassen.

### Monatsabonnemente für Medizinische Trainingstherapie

3 Monate (inkl. 2 Trainingsberatungen à 30 Minuten)	CHF 290.00
6 Monate (inkl. 2 Trainingsberatungen à 30 Minuten)	CHF 490.00
12 Monate (inkl. 3 Trainingsberatungen à 30 Minuten)	CHF 790.00



### Kontaktdaten

#### RehaCity Basel

Centralbahnstrasse 20  
CH-4051 Basel  
Telefon +41 (0)61 206 60 10  
Fax +41 (0)61 206 60 19  
info@rehacity.ch  
www.rehacity.ch

### Öffnungszeiten

Montag – Freitag, 8.00–21.00 Uhr  
Samstag, 8.00–12.00 Uhr

## RehaCity Basel

Ambulantes Rehabilitations- und Therapiezentrum  
in der RailCity Basel



## Willkommen in RehaCity Basel

Auf rund 400 m<sup>2</sup> bieten wir Ihnen an fünf Tagen in der Woche durchgängig von 8.00 – 21.00 Uhr und am Samstag von 8.00 – 12.00 Uhr in unseren grosszügig und hell gestalteten Therapieräumlichkeiten optimale Therapie- und Trainingsmöglichkeiten unter Einsatz moderner computerunterstützter Trainingsgeräte.

In unseren modern eingerichteten Räumlichkeiten der Medizinischen Trainings-therapie haben Sie die Möglichkeit, unter fachlicher Betreuung ein individuelles Training zusammenzustellen, das ganz auf ihre Bedürfnisse abgestimmt ist.

Sie finden uns im Gesundheitszentrum der RailCity am Bahnhof Basel SBB. So erreichen Sie uns aufgrund der zentralen Lage sehr gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Ausserdem stehen Ihnen in unmittelbarer Umgebung Parkplätze zur Verfügung. Alle Räume sind vollständig barrierefrei.

Unser Team freut sich schon jetzt, Sie persönlich kennen zu lernen und Ihnen die RehaCity Basel, das ambulante Rehabilitations- und Therapiezentrum im Gesundheitszentrum der RailCity Basel, vorstellen zu können!



## Rehabilitation und Therapie – unser medizinisches Angebot

Unsere therapeutische Arbeit zeichnet sich durch eine ganzheitliche Betrachtungsweise aus. Daher ist für unser Team, bestehend aus Therapeuten der Fachrichtungen Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Psychologie, die interdisziplinäre Zusammenarbeit das vorrangige Ziel zur Erhaltung und Verbesserung Ihrer Gesundheit.

Unser therapeutisches Angebot:

### • Physiotherapie

• Funktionelle Bewegungstherapie – Therapeutische Übungen

• Manuelle Therapie – Mobilisation/Traktion

• Neurorehabilitation – Bobath

• Lymphdrainage, komplexe physikalische Entstauungstherapie

• Massage

• Myofasziale Triggerpunkttherapie

• Dry Needling

• Atemtherapie

• Elektrotherapie

• Thermotherapie

• Medizinische Trainingstherapie MTT, rehabilitatives Kraft- und Ausdauertraining

• Sportphysiotherapie und Trainingsberatung

• Taping

### • Ergotherapie

### • Logopädie

### • Psychologie

## Die Partner von RehaCity im Gesundheitszentrum der Rail City

### RehaWork

Unsere Aufgabe ist es, Menschen zu stärken und sie dabei zu unterstützen, ihren Platz in der Gesellschaft sowie einen ihren Fähigkeiten und Bedürfnissen entsprechenden Arbeitsplatz zu erhalten oder neu zu finden.

• Burnout-Prävention

• Ability Management

• Job Coaching

• Case Management

• Self Management

Im Verbund mit RehaCity bietet RehaWork – einzigartig in der Schweiz – ganzheitliche (sozial-berufliche und medizinische) ambulante Prävention und Rehabilitation an.

### TCM Gelber Kaiser

Ab Januar 2008 wird auf einer Fläche von rund 100 m<sup>2</sup> das gesamte therapeutische Angebot der Traditionellen Chinesischen Medizin offeriert:

• Akupunktur

• Akupressur

• Kräutertherapie

• Lichttherapie

• Wärmetherapie

• Musiktherapie

Ambulantes Rehabilitations- und Therapiezentrum  
im Gesundheitszentrum der RailCity Basel

Montag – Freitag, 8.00 – 21.00 Uhr

Samstag, 8.00 – 12.00 Uhr

