

Inselspital
Institut für Physiotherapie
CH-3010 Bern
T +41 31 632 35 24
www.physio.insel.ch

20210430-000001_KFG/df

INSELSPITAL
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN | Institut für
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE | Physiotherapie

Bewegungstherapie im Wasser



Bewegungstherapie im Wasser

Bewegungstherapie im Wasser ist eine besonders wirksame und gelenkschonende Bewegungsform. Im Wasser erleben Sie Ihre Bewegungen dank Auftrieb, Widerstand und Druck ganz anders als an Land. Die Bewegungstherapie findet in Kleingruppen unter Anleitung von erfahrenen PhysiotherapeutInnen statt.

Wer kann teilnehmen?

Unser Bewegungsprogramm richtet sich an Personen die eine rheumatische Erkrankung haben oder unter Schmerzen und Problemen am Bewegungsapparat leiden.

Angesprochen sind erwachsene Frauen und Männer. Auch für NichtschwimmerInnen ist die Therapie im Wasser geeignet.

Die Trainingsintensität ist leicht bis moderat, bei einer Wassertemperatur von ca. 32° Celsius.

Anmeldung mit ärztlicher Verordnung

Auf der Verordnung sollte unter Therapiemassnahmen «Bewegungstherapie im Wasser in der Gruppe» vermerkt sein.

PatientInnen können 9x teilnehmen, gegebenenfalls auch länger.

Ein Einstieg in die Gruppe ist nach Absprache mit uns jederzeit möglich. Wir empfehlen eine bis zwei Teilnahmen pro Woche.



Ort und Zeit

Jeweils Montag–Mittwoch und Freitag
von 16.00–16.30 Uhr
Inselspital Bern
Kinderklinik, Geschoss U2
Raum 721/722 Therapiebad

Mitbringen

Badehosen/Badekleid
Badetuch
CHF 2.– als Depot für den Garderobenschrank

Auskunft und Anmeldung

Anmeldungen nehmen wir gerne entgegen:
Inselspital
Institut für Physiotherapie
Schwerpunkt Muskuloskelettal
Physiotherapie Rheumatologie
3010 Bern
T +41 31 632 35 24
E-Mail: physio.rheuma@insel.ch
www.physio.insel.ch