



Urlaubs-Seminar Madeira

„Besser Golfen“

durch mehr Beweglichkeit

Beweglichkeit ist die Grundlage jeder Sportart

Dieser Grundsatz gilt in ganz besonderer Weise für den Golfsport, ist doch die Technik des Schlages ganz unmittelbar an die Bewegungsfähigkeit gekoppelt und so direkt von ihr abhängig.

Wir stellen Ihnen mit unserem EUPHYSIS-GOLF - Konzept (www.euphysis-golf.de) Techniken und Behandlungsmethoden vor, die zu einer erheblichen Verbesserung der Beweglichkeit und somit auch der Technik führen können. Die hier beschriebenen Methoden sind über 20 Jahre lang an hunderten von Klienten und Patienten erprobt und ständig verfeinert und verbessert worden. Das Ergebnis dieser reichhaltigen Erfahrung steht Ihnen hier zur Verfügung.

Was ist anders?

Das Andere und auch das Mehr an unserem EUPHYSIS-Konzept ist die Verbindung von sanften, sehr wirksamen Therapieformen mit Inhalten aus sportlichem Training. Erst durch die Verbindung von beidem erreicht man die erwünschten Ergebnisse.

Warum ist das so?

Training für sich ist oft zu hart und einseitig nur auf Leistung, Wollen und Arbeit ausgerichtet. Sie kennen das, wenn Sie trotz großer Anstrengung irgendwie nicht weiterkommen. Ergänzt man jedoch das Training durch manuell durchgeführte Therapieformen, wie wir sie hier anbieten, können Blockierungen, Verklebungen und Festigkeiten gelöst werden. Und dies führt unmittelbar zu mehr Beweglichkeit.

Im weiteren Verlauf stabilisieren wir diese neu gewonnene Beweglichkeit durch gezielte Übungen, die Sie dann auch jederzeit für sich im Alltag anwenden können, also Kräftigung, Dehnung, Eigenmobilisation, gezielter Einsatz der Atmung sowie Maßnahmen zur Verbesserungen der Körperwahrnehmung und des Körperbewusstseins.



I. Der therapeutische Teil

Der therapeutische Teil des Konzeptes basiert u.a. auf Behandlungstechniken der

CranioSacralen Therapie
Viszeralen Osteopathie
Feldenkrais-Methode
Chinesischen Meridianlehre.

Diese Methoden haben sich für uns als die wirksamsten Therapien herausgestellt – gerade auch in ihrer Kombination. Die Wirksamkeit beruht darin, daß sanft gearbeitet wird und nie manipulierend. Gleichzeitig wird innerhalb dieser Einzelbehandlung ein ausführlicher Befund erstellt, der dann auch maßgebend ist für die Trainingsbegleitung:

Welche Beschwerden und Schmerzen liegen vor und welcher Art sind sie?
Gibt es Spannungen, Festigkeiten und Blockaden?
Wie ist der Muskelstatus?
Wie ist die Beweglichkeit aller Gelenke?
Was sind Ihre Zielvorstellungen und Wünsche?

II. Das Training

Das Training für diesen Golf-Urlaub orientiert sich an den Inhalten des Therapeutischen Personal-Trainings. Es ist Bestandteil der Einzelstunde und wird in die Behandlungen integriert. Nach unseren Beobachtungen und Erfahrungen gibt es ganz bestimmte Schlüsselbereiche des Körpers, über die man sehr gezielt und nachhaltig Einfluss nehmen kann hinsichtlich mehr Beweglichkeit und Schmerzreduktion.

Wir haben diesen Schlüsselbereich auf unserer website www.euphysis-golf.de innerhalb eines 10-Punkte-Programms beschrieben.



III. Die Tagesplanung:

Um 8 Uhr am Morgen eine Stunde EUPHYSIS-Training in der Gruppe sowie im Laufe des Tages eine Einzelbehandlung zu 60 Minuten (insgesamt 6 Trainingseinheiten sowie 5 Einzelstunden). Das bedeutet für Sie: Optimale Nutzung Ihrer Zeit für das Trainings- und Therapieangebot, aber auch noch ausreichend Zeit, andere schöne Angebote und Möglichkeiten wahrzunehmen.

Die Anzahl der Teilnehmer pro Woche ist auf 6 Personen pro Therapeut begrenzt. Die geringe Teilnehmerzahl ist Voraussetzung dafür, eine wirklich gute Betreuung und einen optimalen Behandlungsverlauf zu ermöglichen. Sie sind nicht zwingend auf einen Therapeuten festgelegt. Ein Wechsel innerhalb der Einzelsitzungen ist natürlich möglich und im Einzelfall sogar förderlich.

IV. Urlaubs-Varianten:

Wenn Sie länger als eine Woche Urlaub planen, können Sie unter mehreren Varianten wählen:

1. Sie buchen das beschriebene Angebot für eine oder zwei Wochen.
2. Sie buchen für eine Woche das Euphysis-Angebot wie hier beschrieben und verringern in der/den Folgewoche(n) die Anzahl der Behandlungen/des Trainings oder buchen nur Training oder nur Behandlungen.
3. Sie kombinieren zwei verschiedene EUPHYSIS-Angebote miteinander (z.B. eine Woche „therapie & training“ und eine Woche „Besser Golfen“). Alle drei Angebote können kombiniert werden.
4. Sie buchen eine Woche das Euphysis-Angebot und bleiben für die Folgewoche(n) ganz normaler Gast des Hauses.
5. Sie kombinieren weitere Wochen unser Angebot mit bestehenden Angeboten des Galoresort.

Der Einstieg innerhalb der angegebenen Zeiten ist jederzeit möglich, also nicht nur an einem bestimmten Tag. Der Folgetag Ihrer Ankunft ist für Sie der Beginn des EUPHYSIS-Urlaubsangebotes.



V. Der Preis:

Das EUPHYSIS-Angebot (wie hier beschrieben):

360,- € / Woche

Bitte beachten Sie:

Unsere Behandlungen erfüllen alle Grundlagen einer Physiotherapie/Krankengymnastik, wie wir sie im Rahmen einer ärztl. Verordnung auch hier in Deutschland durchführen. Zudem sind die Therapeuten in jedem Fall ausgebildete und staatlich geprüfte PhysiotherapeutInnen. Die Kosten der Einzelbehandlungen werden daher normalerweise von Ihrer Kasse bei Vorlage einer in Deutschland ausgestellten ärztlichen Verordnung von Ihrer Kasse (gesetzliche und private) ganz oder teilweise übernommen. **Bitte fragen Sie dort vorher nach.** In jedem Fall erhalten Sie von uns eine gesonderte Rechnung über die Therapiestunden zur Vorlage bei Ihrer Kasse oder für die Steuer. Eine Therapiestunde (60 Min.) wird mit 60 Euro berechnet.

Die Inhalte des Trainings sind als Präventionsmaßnahme nach §§ 20-22 SGB zertifiziert (www.teamgesundheits.de). Wir bieten innerhalb einer Urlaubswoche 6 Trainingsstunden à 60 Minuten an. Diese werden mit **10,- €/Std.** berechnet. Auch hierüber erhalten Sie eine Bescheinigung, die Sie Ihrer Kasse bzw. bei der Steuer vorlegen können.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, daß Behandlungs- und Trainingsstunden, die Sie nicht wahrnehmen, nicht erstattet werden können. Geht ein Ausfall einer Behandlung oder eines Trainings zu unseren Lasten, erstatten wir Ihnen natürlich die hier angegebenen Kosten dieser Stunde in voller Höhe.

VI. Buchung :

Die Buchung ist möglich:

online oder schriftlich über: Euphysis, Josef Turner, Erichstr. 5, 30449 Hannover
online: www.galoresort.com

TUI und OLIMAR haben das Galoresort in Ihrem Programm und können sehr günstige Angebote machen für Flug und Hotel.

Auch das Galoresort hat immer wieder günstige Angebote für Hotel und Flug!