

**Ihre Gesundheit ist unser Mittelpunkt. Ob Bewegung erhalten, steigern oder wiederherstellen, mit uns aktiv in Ihre Zukunft.**

- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik
- KG – ZNS Bobath
- KGG | Krankengymnastik am Gerät
- Manuelle Lymphdrainage
- Elektrotherapie | Ultraschall
- Wärmetherapie | Kältetherapie
- Schlingentischbehandlung
- Atemtherapie
- Schröpftherapie
- Medical Flossing
- große Auswahl an entspannenden Wellnessbehandlungen
- OP-Nachsorgen
- Rückbildungsgymnastik – Einzel | Gruppe
- Beckenbodengymnastik – Einzel | Gruppe
- **Manuelle Therapie (CMD)**
- Kiefergelenktherapie
- **Spiegel-Therapie** für Neurologische Erkrankungen | Unfallfolgen | Lähmungen
- Kopfschmerz | Migräne-Behandlung
- Marnitz Therapie
- Dorntherapie
- Atlastherapie

**NEU!** TRena - gerätegestützte trainingstherapeutische Rehabilitationsnachsorge

**HAUSBESUCHE MÖGLICH!**

Hangweg 13 | 08223 Falkenstein  
Tel. 03745 - 75 30 99

Alte Bahnhofstr. 7 | 08606 Oelsnitz  
Tel. 037421 - 24 0 12

[www.inbalance-vogtland.de](http://www.inbalance-vogtland.de)  
 01520/5742400

**INJOY Falkenstein**

-  Hangweg 13  
08223 Falkenstein
-  03745 - 7 03 96
-  01515 - 7398511
-  [info@injoy-falkenstein.de](mailto:info@injoy-falkenstein.de)
-  [www.injoy-falkenstein.de](http://www.injoy-falkenstein.de)



**INJOY Oelsnitz**

-  Alte Bahnhofstr. 7  
08606 Oelsnitz
-  037421 - 2 09 53
-  01516 - 5266034
-  [info@injoy-oelsnitz.de](mailto:info@injoy-oelsnitz.de)
-  [www.injoy-oelsnitz.de](http://www.injoy-oelsnitz.de)



**INJOY**  
INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS  
FALKENSTEIN | OELSNITZ

**SPORT**  
auf Rezept

**INJOY**  
INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS  
FALKENSTEIN | OELSNITZ



**JETZT AKTIV WERDEN!**  
Krankenkassen-Bonus sichern  
Viele Krankenkassen bezuschussen  
Deine Aktivprogramme und Vorsorge  
mit bis zu 500€/Jahr.

# REHASPORT

## WAS WIRD GEMACHT?

- Sportliche Aktivitäten wirken vorhandenen oder drohenden körperlichen Defiziten entgegen
- Individuell auf die Beschwerden abgestimmte Übungen durch einen speziell ausgebildeten Trainer
- Schmerzen und Krankheitssymptome werden gelindert

## FÜR WEN?

- Menschen mit Herz- Kreislaufproblemen (Herzinfarkt, Blutdruck, Herzinsuffizienz)  
**> Es ist immer medizinisches Personal anwesend**
- Menschen mit orthopädischen Problemen (Rücken, Hüften, Knie)
- bei Blutdruckproblemen

## WO ERHÄLTlich? KOSTEN?

- wird vom Arzt verordnet
- Krankenkasse – kostenfreies Bewegungsprogramm

## DAUER?

- bis zu 2 Jahren möglich



## 20 Rehakurse wöchentlich:

Oelsnitz Mo 11.30 · Di 9.15, 16.00, 17.00 · Mi 10.30, 11.30,  
Do 9.15, 16.15, 17.15 · Fr 10.30, 11.30, 17.30

Falkenstein Di 8.15, 17.00, 19.30 · Mi 13.00, 18.00  
Do 9.30 · Fr 10.15, 11.15

## Außerdem bieten wir über 40 weitere Kurse pro Woche an:

Yoga, Rückenfitness, Dehn Dich schmerzfrei, Faszientraining, Radtraining, Hüfte/Knie Kurs, Pilates, Zumba u. v. m.

Mehr unter [www.injoy-falkenstein.de/kursplan](http://www.injoy-falkenstein.de/kursplan)  
und [www.injoy-oelsnitz.de/kursplan](http://www.injoy-oelsnitz.de/kursplan)

**Wir freuen uns auf Sie!**

# PRIMÄRPRÄVENTION

## WAS WIRD GEMACHT?

- Ernährungskurs (8 -10 Wochen)
- Rückenschule (8-10 Wochen)
- Dr. Wolff Muskelkurs am Gerät (10 Wochen)
- Dr. Wolff Faszientraining (10 Wochen)
- Dr. Wolff Rückenkurs am Gerät (10 Wochen)
- Entspannungskurse

## FÜR WEN?

Erste Anzeichen für:

- Stoffwechselerkrankungen
- Rückenerkrankungen
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- ernährungsbedingte Erkrankungen
- Diabetes
- Allergien
- Depressionen / Burn out

## WO ERHÄLTlich? KOSTEN?

- Kostenfrei bei vielen Krankenkassen erhältlich



# SEKUNDÄRPRÄVENTION

## WAS WIRD GEMACHT?

- Individuelle Ernährungsberatung (bis zu 6 Einzelterminen)
- Rücken (12 Wochen)

## FÜR WEN?

- Orthopädische Erkrankungen der Wirbelsäule/Gelenke
- Gefäßerkrankungen/Adipositas
- Herz/Kreislaufferkrankungen/Bluthochdruck
- Diabetes

## WO ERHÄLTlich? KOSTEN?

- AOK Plus Versicherte: Kostenfreies Bewegungs-/Ernährungsprogramm  
Das Injoy Falkenstein und Oelsnitz sind Partner der AOK –  
Gutschein kann dort eingelöst werden
- wird vom Arzt verordnet
- kostenfreie Programme

