

Praxis für Physiotherapie
im Städtischen Krankenhaus Kiel
Chemnitzstr. 33
24116 Kiel

Telefon: 0431 – 1697-3333
Fax : 0431 – 1697-3334
physiotherapie@krankenhaus-kiel.de
www.krankenhaus-kiel.de

PRÄVENTIONSKURSE

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen bis zu 80%, mindestens jedoch 75€ der Kursgebühren für unsere zertifizierten Kurse für jeweils zwei Präventionskurse pro Kalenderjahr.

Aqua-Fit:

Ganzkörpertraining im brusthohen Wasser

| | |
|-----------------|-------------------|
| 10 x 45 Minuten | 114,00 € |
| Montags | 08.45 – 09.30 Uhr |
| Dienstags | 08.15 – 09.00 Uhr |
| Dienstags | 13.30 – 14.15 Uhr |
| Dienstags | 16.30 – 17.15 Uhr |
| Dienstags | 17.15 – 18.00 Uhr |
| Mittwochs | 08.00 – 08.45 Uhr |
| Donnerstags | 07.45 – 08.30 Uhr |
| Donnerstags | 11.30 – 12.15 Uhr |
| Donnerstags | 15.30 – 16.15 Uhr |
| Freitags | 08.30 – 09.15 Uhr |
| Freitags | 11.30 – 12.15 Uhr |
| Freitags | 14.00 – 14.45 Uhr |

Rücken POWER – Kräftig und stabil durch den Alltag durch Geräte- & Gymnastiktraining

10 x 60 Minuten 160,00€

| | | | |
|-----------|-------------------|-------|----------------------|
| Montags | 15.00 – 16.00 Uhr | Start | 17.03.2025 / 2.06.25 |
| Montags | 17.00 – 18.00 Uhr | Start | 19.05.2025 |
| Dienstags | 17.30 – 18.30 Uhr | Start | 15.04.2025 |
| Mittwochs | 17.00 – 18.00 Uhr | Start | 23.04.2025 |

Faszientraining

Mittwochs 16.00 – 17.00 Uhr Start Auf Anfrage

TK-RückenTrainig-Rücken basic - Das Allround-Krafttraining

9 x 60 Minuten 190,00 € Für TK-Mitglieder kostenfrei

Mittwochs 16.00 – 17.00 Uhr Start 22.10.2025

Sturzprophylaxe durch Bewegung

Dienstags 14.30 – 15.30 Uhr Start Auf Anfrage

KURSTERMINE ELTERN / KIND

Babyschwimmen

10 x 30 Minuten 99,00€

Babyschwimmen (ca. 4 – 8 Monate)

| | |
|-------------|-------------------|
| Montags | 10.00 – 10.30 Uhr |
| Dienstags | 10.00 – 10.30 Uhr |
| Dienstags | 10.30 – 11.00 Uhr |
| Mittwochs | 10.00 – 10.30 Uhr |
| Donnerstags | 10.00 – 10.30 Uhr |
| Freitags | 10.00 – 10.30 Uhr |

Babyschwimmen (ca. 8 – 12 Monate)

| | |
|-------------|-------------------|
| Montags | 14.30 – 15.00 Uhr |
| Dienstags | 14.30 – 15.00 Uhr |
| Mittwochs | 10.30 – 11.00 Uhr |
| Mittwochs | 14.30 – 15.00 Uhr |
| Donnerstags | 14.30 – 15.00 Uhr |

Kurstermine auf Anfrage

Aqua-Minis

10 x 45 Minuten 159,00 €

| | |
|-----------|-------------------|
| Montags | 17.00 – 17.45 Uhr |
| Dienstags | 15.30 – 16.15 Uhr |
| Mittwochs | 15.00 – 15.45 Uhr |

Kurstermine auf Anfrage

Rückbildungsgymnastik mit Baby und Babybetreuung

60 Minuten. Für gesetzlich Versicherte ist der Kurs kostenfrei, sie benötigen keine ärztliche Verordnung. Die Kursgebühr für Selbstzahler*innen beträgt 119 €

| | | |
|-------------------|-------------------|--------------|
| Kurs: Dienstags | 09.30 – 10.30 Uhr | <u>Start</u> |
| Kurs: Donnerstags | 10.00 – 11.00 Uhr | Auf Anfrage |
| | | Auf Anfrage |

REHASPORT

Bei Muskel- und Gelenkbeschwerden:

| | |
|-------------|-------------------|
| Montags | 10.00 – 10.45 Uhr |
| Dienstags | 12.45 – 13.30 Uhr |
| Mittwochs | 10.35 – 11.20 Uhr |
| Donnerstags | 13.35 – 14.20 Uhr |
| Freitags | 10.40 – 11.25 Uhr |

Bei Osteoporose:

| | |
|-----------|-------------------|
| Mittwochs | 11.30 – 12.15 Uhr |
| Freitags | 09.30 – 10.15 Uhr |
| Freitags | 11.45 – 12.30 Uhr |

Für Herzsport:

| | |
|-------------|-------------------|
| Dienstags | 12.30 – 13.30 Uhr |
| Dienstags | 13.30 – 14.30 Uhr |
| Dienstags | 14.30 – 15.30 Uhr |
| Donnerstags | 09.00 – 10.00 Uhr |
| Donnerstags | 10.00 – 11.00 Uhr |
| Donnerstags | 13.00 – 14.00 Uhr |
| Freitags | 10.30 – 11.30 Uhr |

Lungensport:

| | |
|-------------|-------------------|
| Donnerstags | 12.10 – 12.55 Uhr |
|-------------|-------------------|

Post / Long Covid Syndrom:

| | |
|-------------|-------------------|
| Montags | 13.30 – 14.15 Uhr |
| Donnerstags | 12.00 – 12.45 Uhr |

Allround- Fitness Basistraining für jedes Alter

Training von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination.

Individuelle Belastungssteuerung durch digitalgestütztes Training an medizinischen Trainingsgeräten.

8 aufeinanderfolgende Einheiten a 60 Minuten für 99 €

Montags 14.00 – 15.00 Uhr Start: Auf Anfrage

Informationen und Anmeldungen an der Rezeption der Praxis für Physiotherapie oder unter der Telefonnummer 0431 – 1697 3333.