

Gesundheit & Wellness



Weil jedes Auge seine individuellen Augenblicke erlebt.
Besuchen Sie uns – wir beraten Sie gern!

Quendt OPTIK
Breite Straße 21 • 01796 Pirna
(0 35 01) 52 84 36

Physiotherapie Hausteин – Jetzt im Leistungssport tätig



Spitzensportler vereint in der Physiotherapie Hausteин: Handballer Valdis Gutmanis, Radsportler René Heinze, Handballer Petr Hazl und Mittelstreckenläufer Wolfram Müller (vorn, v.l.) werden u.a. von Physiotherapeutin Sabine Wolf und Physiotherapeut und Osteopath Stefan Hausteин (hinten) betreut. Foto: Daniel Förster

Die Physiotherapie Hausteин, die im Ärztehaus auf dem Pirnaer Sonnenstein ihren Sitz hat, etabliert sich in der Betreuung von Leistungssportlern. Ein dreiköpfiges Team mit speziell ausgebildeten Kollegen auf dem Gebiet der Sportphysiotherapie unter der Leitung von Physiotherapeut Stefan Hausteин arbeitet seit 2008 mit dem Olympiastützpunkt Dresden/Chemnitz zusammen. „Unser Ziel ist es durch hochqualifizierte und sportspezifische Behandlungsweisen den Sportlern beste Leistungen zu ermöglichen“, sagt der Physiotherapeut.

am Arbeitsplatz, Stressmanagement, Entspannungstherapie und Pilates tragen wesentlich dazu bei, gesundheitliche Beschwerden zu vermindern. „Richtige Körperhaltung und gezielte Übungen kann man ganz einfach lernen“, sagt die Physiotherapeutin.

Betreut werden alle Patienten von einem starken Team. „Unsere Zusammengehörigkeit haben wir bei einem 2. gemeinsamen Ausflug an die Ostsee im April diesen Jahres stärken können“, sagt Stefan Hausteин. Schöne Erlebnisse und viel Spaß bei den Ausflügen nach Binz und auf die Insel Hiddensee haben das Team noch stärker zusammenwachsen lassen.

Betreuung namhafter Sportler

Betreut werden unter anderem der 1500-Meter Mittelstreckenläufer Wolfram Müller aus Pirna, der in diesem Jahr deutscher Hallenmeister wurde. Auch René Heinze, Straßenradprofi aus Heidenau und Kapitän des Thüringer Radsportteams Jenatec Cycling (U 23 Bundesliga), Silvio Schirrmeyer aus Dresden, diesjähriger deutscher Juniorenmeister über 400 Meter Hürden und die beiden Handballer vom ESV Lok Pirna Peter Hazl, der nach seiner Muskelverletzung intensiv in der Praxis betreut wird und sein Teamkollege Valdis Gutmanis, nutzen die Angebote der Praxis.

Rehasport für Erwachsene und Kinder

Neu seit August ist Rehasport für Kinder. Ziel ist es, Haltungsschwächen und -fehler, orthopädische Erkrankungen der Wirbelsäule wie Skoliose, Scheuermann oder Adipositas zu behandeln. Mit den qualifizierten Physiotherapeutinnen wird eine längerfristige sportliche Betreuung gewährleistet. Die Gruppe trifft sich einmal pro Woche in der Turnhalle am Thälmann-Platz in Pirna. Unterstützung bietet die Praxis für Rehasportteilnehmer aus dem aufgelösten Verein Vital e.V. aus Dohna. Nach Rücksprache mit



Ein starkes Team - die Mitarbeiter der Physiotherapie Hausteин während ihres gemeinsamen Ausfluges an die Ostsee.

Neue Kurse für Rückenschule und Aqua Fitness

Diese stehen selbstverständlich allen Patienten zur Verfügung. Dazu zählen neue Kurse in der Rückenschule und Aqua Fitness, die im Herbst neu beginnen. „Wer fit in den Herbst kommen will, kann sich gern in unserer Praxis beraten lassen“, sagt Kerstin Hausteин-Wittkopf, die gemeinsam mit ihrem Bruder Stefan Hausteин die Praxis führt. Ebenso können verschiedene Angebote der betrieblichen Gesundheitsförderung genutzt werden. Rückengerechtes Verhalten

dem Verein können Teilnehmer ihre angefangene Verordnung in der Physiotherapie Hausteин fortsetzen. Besonders für Patienten, die nur in den Nachmittags- oder Abendstunden an Trocken- oder Wassergymnastik teilnehmen können, ist es empfehlenswert, sich über die Möglichkeiten in der Praxis zu informieren. (Heike Wendt)

Physiotherapie Hausteин mit aktualisiertem Internetauftritt:
www.physiotherapie-hausteин.de

physiotherapie hausteин
Gemeinschaftspraxis
Kerstin Hausteин-Wittkopf & Stefan Hausteин

Kinderrückenschule/ Rehasport für Kinder
Zeigt her eure Füße, zeigt her euren Rücken...
Kindgerechte Vermittlung von Wissen und Übungen für den gesamten Bewegungsapparat im Alter von 6 - 10 Jahren.

Straße der Jugend 4 • Ärztehaus Sonnenstein • 01796 Pirna
Fon 0 35 01 / 77 30 65 • Fax 0 35 01 / 79 04 21
www.physiotherapie-hausteин.de

HERZLICH WILLKOMMEN ZUR EINKAUFSSNACHT!
Auch bei uns können Sie für Ihr „märchenhaftes Aussehen“ super Produkte für Haut & Haar einkaufen.

KOSMETIK & BODYFORM
CORNELIA HELBIG
03501/44 24 86

HAAR-DESIGN
SANDRA HICKMANN
03501/46 44 97

20% Märchenrabatt

Auf der Gartenstr. 39
WWW.KOSMETIK-HAARDESIGN.DE

Bikini-Figur!
Wir straffen Ihren Körper – ohne Skalpell, ohne Nadel, ohne Schmerzen!
Beratung durch erfahrenen Arzt.

Klostergässchen 1
01796 Pirna
Tel.: 03501-5091179
Fax: 03501-448081
kontakt@my-silhouette.de
www.my-silhouette.de

my SILHOUETTE
Zentrum für Kosmetik und ästhetische Medizin

Seniorenzentrum AGO Bielatal

Ein modernes Pflegeheim inmitten der Sächsischen Schweiz. In 19 Doppel- und 42 Einzelzimmern werden Sie durch unsere Mitarbeiter/Innen liebevoll in nahezu familiärer Atmosphäre betreut.

- vielseitiges Beschäftigungsangebot
- Dementenbetreuung
- regionaltypische Hausmannskost
- hoher Pflege- und Betreuungsstandard

Schulstraße 8a
01819 Rosenthal-Bielatal
Tel.: (03 50 33) 760-0
info@ago-bielatal.de

Christliche Altenpflege Beck GbR

Bethlehemstift-Zwiesel
Altenpflegeheim in „fast“ familiärer Atmosphäre und idyllischer Umgebung

Siedlung 57
01819 Kurort Berggießhübel
E-Mail: info@aph-zwiesel.de
Internet: www.aph-zwiesel.de

Verwaltung: (03 50 23) 511-0
Pflegebereich: (03 50 23) 511-20 54
Telefax: (03 50 23) 511-20 55
Funk: 01 72-4 02 34 72

Anfangs wollte ich nicht!
Die Therapeutin erklärte mir, dass ich durch gezieltes und regelmäßiges Training meine Schmerzen in der Hüfte lindern könne. Ich habe es versucht und bin seitdem schmerzfrei! Mein „Schmerzbesitzungsprogramm“ ist für mich zum Bedürfnis geworden und hat mir den Spaß an meinem Hobby, dem Wandern, zurückgebracht. Ich sage mir: „Mach weiter so, dann bleibst du fit und ohne Schmerzen!“

Gunda Schiller, Mitglied im Karibik Sportstudio, Alter 61 J.

Königsteiner Str. 2 • 01796 Pirna
Tel./ Fax (0 35 01) 52 86 77
www.karibik-fitness.de
info@karibik-fitness.de

RÜCKENTRAINING | ABNEHMEN | WOHLFÜHLEN | ENTSPANNEN

NEU! NUR IM „AKTIV“

SUPER KURZE VERTRAGSLAUFZEITEN JETZT OHNE RISIKO TESTEN!

Jetzt für ein kostenloses Probetraining anmelden!
Telefon: 03501 790017

AKTIV SPORTZENTRUM
Rottwerndorfer Str. 56 b
01796 Pirna
aktiv-sportzentrum.de

aktiv SPORTZENTRUM PIRNA

DIESE ANZEIGE GILT ALS 10-EURO-GUTSCHEIN BEI ABSCHLUSS EINER MITGLIEDSCHAFT
Nicht auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar.

Physiotherapie Reläxx
Schmiedestraße 21, 01796 Pirna

Einkaufsnacht am 11.09.09

1001 Nacht
Angebote die Sie in eine andere Welt entführen

Nur an diesem Tag erhältlich. Ein Besuch lohnt sich.