

## Prävention / Therapie

Präventionskurse werden von Krankenkassen teilweise finanziell unterstützt. Bitte sprechen Sie vorab mit Ihrer Krankenkasse.

### Präventionskurse

- Beckenbodentraining
- Rückenschule
- Rückenfitness
- Sturzprophylaxe
- Yoga

### Fortlaufende Kurse

- Allgemeine Fitness
- Fascientraining
- Feldenkrais
- Pilates
- Tai Chi
- Yoga
- Zumba



Tai Chi

Zumba

## Kontakt / Lageplan

Ambulanzzentrum des UKE GmbH

### Ambulante Physiotherapie im UKE

Gebäude Ost (O) 46, EG, Eingang B  
Martinistraße 52, 20246 Hamburg

Telefon: +49 (0) 40 7410 - 53684

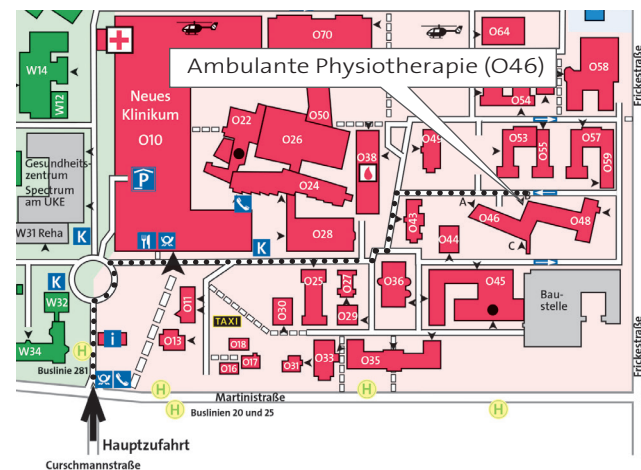
E-Mail: [ambulante.physiotherapie@uke.de](mailto:ambulante.physiotherapie@uke.de)

Website: [uke.de/physiotherapie](http://uke.de/physiotherapie)

Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag 07.30 - 20.00 Uhr

Freitag 07.30 - 18.00 Uhr



### So erreichen Sie uns:

**Bus:** Linien 20, 25 und 281, Haltestelle UK Eppendorf oder Eppendorfer Park (UKE)

**S-Bahn:** bis Haltestelle Altona oder Holstenstraße, dann Buslinie 20 oder 25  
Haltestelle Krupunder dann Buslinie 281

**U-Bahn:** Haltestelle Eppendorfer Baum, dann zehn Minuten Fußweg oder Haltestelle Hudtwalckerstraße oder Kellinghusenstraße, dann Buslinie 20 oder 25



Ambulante Physiotherapie



Prävention, Training, Nachsorge

**Wir bringen Sie in Bewegung**



Universitätsklinikum  
Hamburg-Eppendorf

## Guten Tag,

das Team der Ambulanten Physiotherapie am UKE arbeitet eng mit Ärzten, Pflege und weiteren medizinischen Fachberufen zusammen. Aufgrund unserer langjährigen Erfahrung können wir Ihnen individuelle physiotherapeutische Behandlungen anbieten und Sie so während des Genesungsprozesses unterstützen. Unser Leistungsspektrum umfasst die Nachbehandlung vom Akutstadium bis hin zur Prävention.

Folgende Spezialtherapien bieten wir an:

- LSVT® BIG Therapie bei Parkinson
- Forced Use Therapie nach Schlaganfall (CIMT)
- Reflektorische Atemtherapie
- Osteoporose Therapieprogramme
- Laufbandtraining mit Aufhängung
- Betriebliche Gesundheitsförderung

Ihr Team der Physiotherapie



## Behandlungsangebot



- Krankengymnastik
- Krankengymnastik am Gerät
- Manuelle Therapie
- CMD (Cranio-Manibuläre Dysfunktion)
- Kinesio-Taping
- Bobath bei Erwachsenen/Kindern
- Vojta bei Erwachsenen/Kindern
- PNF (Neurologische Behandlung)
- Manuelle Lymphdrainage
- Atemtherapie (auch bei Mukoviszidose)
- Elektro- & Ultraschalltherapie
- Massage (auch Massage-Gutscheine)
- Fango (aus dem Fango-Ofen)
- Hausbesuche

## Gerätetraining

Ihr Krafttraining ist nach einem physiotherapeutischen Vorgespräch und ggf. nach einer Krafttestung speziell auf ihre Bedürfnisse und Wünsche abgestimmt. Ihr digitaler Trainingsplan wird für Sie individuell zusammengestellt.

Für Ihr Herz-Kreislauftraining stehen Ihnen Fahrrad-, Ruder-, Armergometer sowie Crosstrainer und ein Laufband zur Verfügung.



Fahrradergometer



Funktionelles Training mit dem eigenen Körpergewicht, freien Gewichten und Seilzug sorgen für mehr Stabilität, Gleichgewicht und Bewegung, so dass Sie sich in ihrem Körper rund um Wohlfühlen.