

KGG-Gerätetraining mit Therapeuten



KGG – gezieltes Training für mehr Stabilität und Kraft

Die Krankengymnastik am Gerät kombiniert medizinisches Training mit physiotherapeutischer Anleitung. Durch individuell abgestimmte Übungen an speziellen Geräten werden Muskulatur, Haltung und Bewegungsabläufe gezielt verbessert.

Was bringt KGG?

- Aufbau von Kraft und Stabilität
- Entlastung von Wirbelsäule und Gelenken
- Bessere Beweglichkeit und Körperhaltung
- Unterstützung nach Verletzungen oder Operationen

Aktiv, strukturiert und wirksam – für eine starke Basis im Alltag.

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

„Krankengymnastik stärkt, was Sie durchs Leben trägt – Gerätetraining für mehr Kraft, Stabilität und Gesundheit.“

Ihre Spezialisten:

Cathleen, Johannes,
Susan und Jan



INPHYSIO
PHYSIOTHERAPIE FÜR GANZHEITLICHE
KÖRPERGESUNDHEIT

KGG – Gerätetraining für Ihre Gesundheit

Kräftigung • Stabilität •
Schmerzreduktion **INPHYSIO** – Ihre
Praxis für Physiotherapie in Furth
im Wald



INPHYSIO
PHYSIOTHERAPIE FÜR GANZHEITLICHE
KÖRPERGESUNDHEIT

Pointweg 5
93437 Furth im Wald
+49 (0) 9973-80 24 36
info@inphysio-furth.de

ZfOM® Alle Rechte vorbehalten.
www.zfom.de



Ablauf einer KGG-Therapie

1. Befund & Zielsetzung

Zu Beginn analysiert der Therapeut den aktuellen körperlichen Zustand:
Beweglichkeit, Kraft, Haltung, Beschwerden und Belastbarkeit.
Gemeinsam werden Therapieziele festgelegt – z. B.
Schmerzreduktion, Muskelaufbau oder Stabilität.

2. Individueller Trainingsplan

Auf Basis des Befundes entsteht ein persönliches Trainingsprogramm.
Es enthält gezielte Übungen an medizinischen Kraft- und Ausdauergeräten sowie funktionelle Übungen ohne Geräte.

3. Gerätetraining unter Anleitung

Der Therapeut korrigiert Bewegungen, passt Gewichte an und sorgt für eine sichere Ausführung.

4. Steigerung & Anpassung

Mit zunehmender Kraft und Stabilität wird das Training regelmäßi angepasst:
mehr Wiederholungen, höhere Belastung oder neue Übungen.
So bleibt die Therapie effektiv und zielgerichtet.

5. Abschluss & Transfer in den Alltag

Am Ende stehen eine bessere Haltung, mehr Kraft und ein stabilerer Bewegungsapparat. Der Patient erhält Übungen für zuhause, um den Erfolg langfristig zu machen.



„Wir freuen uns auf Sie – KGG stärkt,
stabilisiert und bringt Ihren Körper
zurück in Bewegung.“



„Wir von INPHYSIO sind für Sie da – mit Zeit,
Herz und echter Freude daran, Sie zu beraten
und auf Ihrem Weg in ein schmerzfreieres,
beweglicheres Leben zu begleiten.“

