

LANDHAUSMODE **Jodeldidö**

Fesche Dirndl und zünftige Lederhosen mit allen Accessoires

... und natürlich das volle Lederprogramm für Sie und Ihn!

Mo-Fr 9.30 - 12.30
und 14.00 - 18.00
Sa 10.00 - 13.00

KLEINE-BÜRGER LEDERPARC

Raiffeisenstraße 6-49124 Georgsmarienhütte
Telefon 0 54 01 / 86 46-0 - www.lederparc.de **P** direkt vor der Tür

Gesundheit / Fitness / Kosmetik

Zuzahlungsfreier Zahnersatz

Bei uns erhalten Sie als Kassenmitglied die Zahnersatz-Regelversorgung ohne Zuzahlung. Einzige Voraussetzung: Maximaler Bonus laut Bonusheft (=30%)*.
*Bei niedrigerem oder keinem Bonus ergibt sich eine Zuzahlung von 10 bis 30%.

Auch Privat-Versicherten und Beihilferechtigten bieten wir eigenanteilsschonende Zahnersatzlösungen.

Praxis Dr. Michael Wittler und Partner
Rufen Sie uns an: 02 51 / 4 45 58

www.fairdent.info

Freie Berufe

HERBSTFERIEN
23.9. - 9.10.2011

Dr. med. D. Suerburg
Facharzt für Frauenheilkunde
Kosmetische Lasermedizin
Hormonlabor

Münster, Hammer Straße 63
Telefon 02 51 - 52 71 18
www.dr.suerburg.de

Heilerin

Handauflegen - Fernenergieübertragung
Terminvereinbarung tägl. von 17.00 bis 20.00 Uhr
Tel. 0 25 01 / 9 09 00 42 - Mobil 01 76 / 32 72 18 70
kontakt@geistheilung-fernheilung.de
www.geistheilung-fernheilung.de

Kompressionsstrümpfe an- und ausziehen ist gar nicht so schwer. Wir helfen Ihnen mit Tipps und Tricks. Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit Frau Pudelko ☎ 02 51/4 55 65. Siebeneck, Loerstr. 27-30, MS, am Eingang Raphaelsklinik.

www.amalgamsanierung.com
www.entspannt-beim-zahnarzt.de
"Stress lass nach..." mit Stressreduktion durch Achtsamkeit (MBSR nach J. Kabat-Zinn). Neuer Kurs im aqua vitalis ab 27.09. Info/Anmeldung ☎ 02 51-60 92 29 66 oder www.mbsr-muensterland.de
Klang- und Wohlfühlmassagen, A. Dieckmann ☎ 02 51/2 15 00 47.
Kompressionsstrümpfe Siebeneck ☎ 02 51 / 4 55 65.

Tai Chi und Qi Gong: Neue Anfängerkurse, kostenl. Probestd. Mo., 19.9. 17.30 h; Mi., 21.09., 18 h. www.sternendojo.de ☎ 0251/3910197.
Dauerhafte Haarentfernung/Laser alle Körperbereiche, Christiane Burkart, Kettelerstr. 24, MS 02 51 / 9 87 30 45, www.ch-burkart.de
Ernährungsberatung trifft Hypnose: Abnehmen, Tiefenentspannung, Prüfungsangst, Gruppenthyposen usw. Infos unter www.marion-gehltohmhold.de ☎ 02534-972650

Urlaub

vom 19.09.2011 bis 23.09.2011
Dr. Gerald Kienecker, Augenarzt
Aegidiimarkt 6, 48143 Münster
☎ 02 51 / 51 14 95

Zurück

Thomas Backhaus
Arzt für Allgemeinmedizin
Psychotherapie
Windthorststr. 16 · 48143 Münster
☎ 02 51/4 68 81

35 Jahre Eymann Sauna

TAG DER OFFENEN TÜR

SAMSTAG, 24 SEPTEMBER 2011
ZWISCHEN 11 UND 17 UHR

Eymann Sauna, Gropiusstr. 4, 48163 Münster
www.eymann-sauna.de
An diesem Tag findet kein regulärer Saunabetrieb statt

immer besser informiert mit Ihrer Tageszeitung

WN Anzeigen-Sonderveröffentlichung · 17. September 2011

Neueröffnung Physiofit

Bewegung ist Leben
Physiofit weckt vergessene Kräfte wieder

Wir sind kein Reha-Zentrum, sondern schon ein Fitness-Studio", macht Manuela Girardi klar. Seit Juli betreibt sie mit ihrem Team das Physiofit in den Räumlichkeiten von Westfalia Kinderhaus. Die medizinische Trainings-therapie verbindet das Team, das ansonsten unterschiedliche Schwerpunkte hat. Neben der Inhaberin gehören Andreas Klose, Sebastian Schönert, Monika Aufderlandwehr und Eva Beinker zur Mannschaft. Letztere bietet in der Papst-Johannes-Schule auch Aqua-Training an.

die Rückmeldungen durch die Kooperation mit der Universität Münster. „Damit sind wir immer auf dem aktuellen Stand der Wissenschaft“, erklärt die Inhaberin. So stehen zum Beispiel Bachelor-Arbeiten der Studenten zu altersspezifischem Training, die von Physiofit dann umgesetzt werden. Vorträge runden das Angebot des Studios ab. „Die Senioren sollen ihre eigenen Trainer werden“, sagt Manuela Girardi zu der Zielsetzung der Vorträge. Anfang September kamen 60 Zuhörer zu einer solchen Veranstaltung.

„Die Betreuung im Studio ist das, wovon wir leben“, hebt Manuela Girardi das Einzigartige von Physiofit heraus. Dazu kommt die gute Zusammenarbeit mit den Ärzten der Mitglieder und

Die Beschwerden-Schwerpunkte der Generation 50plus sind im Wesentlichen bekannt. Mit 73 Prozent liegen Schwierigkeiten mit den Lendenwirbeln an erster Stelle, es folgen die Problemzonen Knie, Halswirbelsäule,



Ein starkes Team aus Trainern und Trainierten (v.l.): Andreas Klose, Manuela Girardi, Dr. Bernhard Kaufmann, Karl-Heinz Nitz, Sebastian Schönert, Monika Aufderlandwehr.

Schultern und Hüfte. Die beiden ältesten Mitglieder von Physiofit berichten von der Verbesserung ihrer Lebensqualität durch das Training. Da ist zum Beispiel Dr. Bernd Kaufmann (85), dem das Gehen zunehmend Mü-

he bereitet. Zweimal pro Woche trainiert er jetzt bei Physiofit und hat seine Lebensqualität dadurch erheblich verbessert. „Es sind die drei Schwerpunkte Kraft, Ausdauer und Koordination, die mir weiterhelfen“, berichtet er.

Karl-Heinz Nitz (86) konnte mit Ischias-Problemen kaum noch laufen. Jetzt geht er wieder weitgehend schmerzfrei spazieren. „Für Wanderungen über 30 Kilometer im Schwarzwald reicht es aber nicht mehr“, erinnert er sich schmunzelnd an eine Leidenschaft früherer Jahre.

Ein ganz großer Vorteil von Physiofit ist zudem, dass es keine Schnupperstunde, sondern einen kostenlosen Schnuppermonat mit kompletter Rundum-Betreuung gibt. Die Neuen sollen schließlich das Studio erst gründlich kennen lernen können, bevor sie sich zu einer Mitgliedschaft entschließen.

Zielgruppe ist die 50plus-Generation

Bereits seit über 25 Jahren gibt es Fitnessstraining im Vereinsheim von Westfalia Kinderhaus am Wangeroogeweg 18, ☎ 0 2 51 / 21 80 42. Seit dem 1. Juli dieses Jahres ist Manuela Girardi die neue Inhaberin. Das Training richtet sich gezielt an die über 50-Jährigen, das Durchschnittsalter liegt bei 68 Jahren. 100 Mitglieder hat Physiofit schon, 200 sollen es werden. Der Monatsbeitrag liegt bei 50 Euro für eine umfassende Betreuung mit Eingangsuntersuchung, regelmäßiger Anpassung der Trainingspläne und guter Zusammenarbeit mit den die Mitglieder betreuenden Ärzten.



Dr. Bernhard Kaufmann (r.) bewegt sich an der Trainingsmaschine, Karl-Heinz Nitz hat gerade Pause. Fotos: Peter Umlauf

Praxis für Orthopädie
Dr. med. Guido Wendt
Idenbrockplatz 22
48159 Münster
☎ 02 51 - 21 28 21

marketingcase
High Performance in Health Business

Exzellentes Marketing für Medizin und Gesundheit

Tel. 0251 9245275 - kontakt@marketingcase.de - www.marketingcase.de

Auf eine weiterhin sehr gute Zusammenarbeit und viel Erfolg für die Zukunft

Praxis für ganzheitliche Zahnmedizin
Dr. Ulrich Schnellhardt

Austesten von Zahnprothylaxen
Suloprophyllaxen
Mini-Implantate

Kiesekampweg 4
48157 Münster-Coerde
Telefon 0251 246187
Fax 0251 1321678
E-Mail: info@dr-schnellhardt.de
Internet: www.dr-schnellhardt.de

Viel Freude und Erfolg!!

Dr. C. Müller-Rensmann
Arzt für Orthopädie
Sportmedizin/Chirotherapie
Arzt im Fitnessstudio (DGSP)
02 51/91 81 67 55

Dr. med. Birgit Hickey
Fachärztin für Allgemeinmedizin,
Praxischwerpunkt:
Systemische Medizin und - Familientherapie

Gut für Kinderhaus
Fit und gesund mit Physiofit

Gesund und Fit mit Ihrer Apotheke Am Burloh
Am Burloh 93
48159 Münster
Fon 0251-921331
www.burloh.de

immer besser in den Tag starten

Zeitungsgruppe Münsterland

Kompetenz Center E-Bikes

- Top Marken
- Top Service
- E-Bike-Verleih
- Testräder
- Optimale Wartung
- Leih-Akkus

2RAD WEIGANG
48159 Münster | Greverer Str. 434 | Tel.: 0251.21 23 45 | www.2rad.de

VitalCenter
Gasselstiege 23
48159 Münster

Tel. 0251-32 200 31
Mobil 0172-25 09 826
E-Mail b.hickey@systemed.de

www.systemed.de

SC WESTFALIA KINDERHAUS
19 20

Der SC Westfalia Kinderhaus wünscht dem Physiofit-Team zur Neueröffnung alles Gute und viel Erfolg!

SC Westfalia Kinderhaus 1920 e.V.
Geschäftsstelle Stephanie Bartsch
Wangeroogeweg 18
48159 Münster
info@westfalia-kinderhaus.de
www.westfalia-kinderhaus.de

Wir wünschen viel Erfolg und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit!

HENNEMANN
Steuerberatersozietät GbR
Vereidigter Buchprüfer

- Dipl. Finanzwirt Udo Hennemann Steuerberater
- Dipl. Kaufmann Frank Buchterkirche Steuerberater
- Dipl. Betriebswirt Ingo Hennemann Steuerberater/vBP
- Dipl. Betriebswirtin Astrid Müller Steuerberater

Kinderhauser Str. 213 • 48147 Münster • Tel. 02 51 / 9 27 80 - 0