



ZM B.weg

- ✓ Tape, Strom, Behandlungen
- ✓ sportspezifisches Check-up
- ✓ Return to Sports
- ✓ individuelles Trainingsprogramm

QUALITÄT  
**100%**  
*Herzblut*

---

qualifizierte  
Expert\*innen  
Sportphysiotherapie

## SPORTLER-SPRECHSTUNDE

- 📅 Samstags
- 🕒 9:00 - 10:30 Uhr
- 📍 über 10 Standorte



# ZM



## KONTAKT

Zentrum Mensch Ilshofen  
Ludwigsstraße 36  
74532 Ilshofen  
Tel.: 07951/4832-111  
Fax: 07951/4832-115

Zentrum Mensch Satteldorf  
Tel.: 07951/4832-120



QR-Code scannen  
für alle weiteren Standorte!

[www.im-zm.de](http://www.im-zm.de)

## ANGEBOTE FÜR SPORTLER

[www.im-zm.de](http://www.im-zm.de)

# LYMPH HOSE

Bei der Lymphhose entstehen positive Effekte wie bei einer Lymphdrainage. Die Lymphhose unterstützt die Sauerstoffversorgung der Muskeln und baut die Abfallprodukte des Stoffwechsels ab, die sich nach einem Training ansammeln. Zusätzlich wird hierbei die Regenerationszeit verkürzt und das Entzündungsrisiko vermindert. Das Prinzip der Lymphhose ist ähnlich. Durch das Aufpumpen der verschiedenen Luftkammern entsteht eine Druckwelle, die sich von deinen Füßen hin bis zu deinem Oberkörper bewegt und dadurch deine Beine massiert.

## INDIKATIONEN:

- Sportverletzung
- Zur Regeneration nach intensiver Belastung
- Vorbeugung von Muskelkater
- Vorbeugung Thrombose
- nach langem Liegen
- bei Wassereinlagerungen

*Angebot!*

**FÜR 5 EURO**

Lymph-Hose anlegen



“

Ich nutze die Lymph Hose nach jedem anstrengendem Training/Beinworkout damit ich die Regeneration unterstützen kann. Ich hab danach immer frische Beine und kaum Muskelkater am nächsten Tag.

*Benjamin Utz, Fußballer*



## WEITERE ANGEBOTE

- Funktioneller Präventions-Check vor der Saison
- Regenerationsmassagen
- Statische Kraftmessung
- Tape (Anlegen nur 10 Euro)
- Elektrotherapie
- Sportphysiotherapeutische Behandlungen
- Sportosteopathie
- Sporttherapie



Abscannen um die ganze Vielfalt der Sportler-Angebote zu erfahren.