

Reha-Sport

Kai Karolin Ilchmann



www.kailchmann.de

ilchmann@kailchmann.de

Telefon 030 8016582

Lehrerin für Sport und Musik, Osteopathie, Physio- und Atemtherapeutin mit eigener Praxis in Berlin Schlachtensee

Rehabilitationssportleiterin für Wirbelsäulengymnastik, Osteoporose Gymnastik (Mitglied im BfO als Leiterin einer Osteoporose Selbsthilfegruppe), Pilates, Nordic Walking, Entspannungstraining, Kinderturnen, Herzsport, Lungensport, Funktionstraining bei Orthopädischen Erkrankungen....

Präventionssporttrainerin, berechtigt Bescheinigungen zur individuellen Abrechnung mit den Krankenkassen auszustellen.

Zur Erweiterung des Angebotes meiner Praxis für Krankengymnastik und Atemtherapie und um eine Betreuung und Trainingsmöglichkeit ergänzend zu Physiotherapeutischen Anwendungen zu ermöglichen, möchte ich hier ein Bewegungsangebot in Kleingruppen mit unterschiedlichen Themen anbieten: Lungensport, Pilates, Gymnastik gegen Osteoporose und Koordination und Muskelaufbautraining für einen beweglichen, entspannten Rücken.

Montags 15 – 16 Uhr fortlaufende Lungensportgruppe