



Fühlen,
was gut tut


Perid
PHYSIOREVITAL

Entspannung ist der Weg. Vitalität ist das Ziel.

PEZID PHYSIOREVITAL bietet Ihnen mehr als heilsame Massagen. PEZID PHYSIOREVITAL bedeutet neues Wohlgefühl. Von Kopf bis Fuß. Dafür steht Ihnen unter dem Dach des Pezid hohe therapeutische Kompetenz zur Verfügung. Ich verfüge über langjährige Erfahrung und umfassende Aus- und Weiterbildung in den verschiedensten Bereichen der Heilmassagen, Mobilisation, Schmerzlinderung und Rehabilitation am Stütz- und Bewegungsapparat.

Wenn die Hektik des Alltags nicht loslassen will, finden Sie im PEZID PHYSIOREVITAL mit Massagen und natürlichen Techniken tiefe Entspannung. Harmonisiert und regeneriert werden Sie sich wieder mit neuer Kraft auf Ihren Weg machen und gestärkt dem Morgen begegnen. Und falls Sie eine qualifizierte physiotherapeutische Betreuung suchen, sind Sie im PEZID PHYSIOREVITAL ebenfalls in den besten Händen. Denn stets ist das Ziel meiner Arbeit, Ihnen Vitalität, Lebensfreude und ein neues, gesundes Körpergefühl zu geben.



Dipl. Physiotherapeutin
Stephanie Handle

Med. Masseurin

Sportphysiotherapeutin

Lymphdrainage- und Ödemtherapeutin

Spiraldynamik Praktizierende 2

CranioSacral Therapie

Manuelle Therapie

Spezielle Faszienbehandlungs-Konzepte

Nach ärztlicher Verordnung können sämtliche Behandlungen nach dem Wahlarztprinzip abgerechnet werden!



Pezid PhysioRevital.

Behandlungsmöglichkeiten.

Massagen

Die Massage basiert auf thermischer und manueller Einwirkung auf Haut, Muskulatur, Blutkreislauf und Lymphgefäße. Sie verbessert den Stoffwechsel und wirkt positiv auf Spannung, Durchblutung und Schmerzanfälligkeit der Muskulatur. Durch unterschiedliche Techniken ist es möglich, auf die Muskulatur individuell einzuwirken, bis hin zur wohltuenden Entspannung.

Lymphdrainage

Die Lymphdrainage bringt die Körperflüssigkeiten in Bewegung und stimuliert das vegetative Nervensystem. Sie dient der Entstauung des Gewebes. Durch eine Verbesserung des Stoffwechsels werden Selbstheilungsprozesse aktiviert. Zu empfehlen nach operativen Eingriffen und posttraumatischen Zuständen, aber auch zur Entspannung.

FDM - Faziendistorsionsmodell nach Typaldos

Als eine neue medizinische Sichtweise wird das FDM bezeichnet. Schmerzen und Funktionseinschränkungen werden auf typische Verformungen der menschlichen Faszien, sogenannte Faziendistorsionen zurückgeführt. Sobald diese durch spezifische Handgriffe und Manipulationstechniken korrigiert werden, sind Bewegungseinschränkungen und Schmerzen meist deutlich reduziert.

Physiotherapie

Die Physiotherapie dient sowohl der Vermeidung von Funktionsstörungen des Bewegungsapparates als auch der Wiederherstellung und Erhaltung natürlicher Bewegungsabläufe, um dem Menschen optimale Schmerz- und Bewegungsfreiheit zu ermöglichen.

CranioSacrale Therapie

Durch gezielte, sanfte und subtile Berührung werden Spannungen (Blockaden) der bindegeweblichen und nervalen Strukturen am ganzen Körper wahrgenommen und gelöst, sodass eine tiefgreifende Entspannung im ganzen Körper entsteht. Dieses Loslassen auf physischer und psychischer Ebene ist die Basis für den Selbstheilungsprozess.

Spiraldynamik

Das Spiralprinzip als universaler Grundbaustein der Natur findet sich ebenso im Bewegungssystem des Menschen. Anatomisch falsche Bewegung führt zu chronischen Überlastungsschäden mit den bekannten Symptomen wie Muskelverspannung, Schmerz, Bewegungseinschränkungen und Arthrose. Spiraldynamik hilft Bewegungsintelligenz zu entwickeln und im Alltag umzusetzen. Sie fühlen sich besser, sind leistungsfähiger und sehen gut aus!

Drehpunktorientierte Bewegung DOB

Haltung und Bewegung sind individuelle Muster, die uns einzigartig machen. Leider können diese individuellen Muster aber auch zur strukturellen und / oder funktionelle Ursache von Schmerzen werden. Das DOB-Konzept untersucht und beeinflusst diese Funktionsmuster mit Therapie und Training.



Meine Angebote für Ihr Wohlbefinden.

Wohlbefinden rein statt Burn Out. Die PhysioRevital Massage-Therapien sind maßgeschneiderte Anwendungen für eine nachhaltige Regeneration Ihres Körpers. Diese Angebote gehen also weit über den Standard klassischer Wellness-Massagen hinaus. Im PhysioRevital wird in ganzheitlicher Betrachtung Ihre Problematik analysiert, mögliche Blockaden und Dissonanzen in Ihrem Körper werden aufgespürt und passende Lösungen angeboten. Diese können sowohl traditionelle muskuläre Tiefenmassagen als auch modernste manuelle Techniken und energitherapeutischen Interventionen beinhalten. Ziel ist die Anregung Ihrer Selbstheilungskräfte und die spürbare Verbesserung von Wohlbefinden, Beweglichkeit und Vitalität. Durch die Verwendung erstklassiger, regional hergestellter therapeutischer Wirkstofföle werden diese Effekte intensiviert.

Neben der kurzfristigen Entlastung und Entspannung beinhaltet mein Leistungsspektrum auch physiotherapeutische Therapieeinheiten.

Individuell angepasste therapeutische Massageanwendungen

Manuelle Interventionen und Regulation 25 Min. / 50 Min.

Massagen sind sowohl vor als auch nach sportlichen Aktivitäten ideal. Sie lösen verkrampfte Muskeln und sorgen dafür, dass Sie Ihren Urlaub richtig entspannt genießen können.

Klassische Massage 25 Min. / 50 Min.

mit speziellen Bindegewebsstechniken

Sportmassage 25 Min. / 50 Min.

Beine und unterer Rücken verbunden mit Dehnstechniken

Sportmassage Plus 50 Min.

Füße, Beine und ganzer Rücken

Entspannungsmassage 25 Min. / 50 Min.

mit sanften Mobilisationen

FDM Faszienbehandlung 50 Min.

Behandlung entsprechend dem Faszienmodell nach Typaldos

Manuelle Lymphdrainage 25 Min. / 50 Min.

Die manuelle Lymphdrainage führt Sie zu wohltuender Entspannung. Sie beseitigt auf sanfte Weise Stauungen im Gewebe und gibt Ihnen ein wunderbar leichtes Gefühl.

CranioSacral Therapie 50 Min.

Die CranioSacral Therapie löst auf gezielte, aber sanfte Weise Spannungen sowohl bindegeweblicher als auch neuraler Strukturen und bringt dadurch einen Selbstheilungsprozess in Gang.

Die aktuellen Preise entnehmen Sie bitte unserer Website:
www.pezid.at



Natur. Pur.

Alle Massagen werden mit hochwertigen, natürlichen Ölen ausgeführt:

Mandel- und Weizenkeimöl: Sehr gute hautpflegende Eigenschaften.

Arnikaöl: Hilft bei stumpfen Traumen, verbessert die Durchblutung und beschleunigt die Muskelregeneration.

Johanniskrautöl: Verbessert die Zellregeneration der Haut, bei Narben, Hautrissen und Sonnenbrand, hilft bei Rückenschmerzen und Rheuma.

Murmeltieröl: Hilft besonders bei Muskel- und Gelenksbeschwerden durch einen hohen Anteil an natürlichem Kortison.





Meine physiotherapeutischen Angebote für Sie:

Um Ihren Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen hilft Ihnen die Physiotherapie mit vielseitigen aktiven und passiven Behandlungsformen.

Physiotherapie 25 Min.

beinhaltet Mobilisation, Stabilisation, Manuelle Therapie.

Physiotherapie Plus 50 Min.

beinhaltet Mobilisation, Stabilisation, Manuelle Therapie inkl. erforderlicher Massagen oder Lymphdrainage

Behandlungen nach ärztlicher Verordnung werden nach dem Wahlarztprinzip abgerechnet. Die aktuellen Preise entnehmen Sie bitte unserer Website: www.pezid.at

Ich weise darauf hin, dass Stornierungen für Behandlungen nur bis zu 24 Stunden im Voraus kostenlos getätigt werden können. Danach werden Ihnen die vollen Kosten der gebuchten Behandlung verrechnet. Sollten Sie zu spät zu Ihrer Behandlung kommen, kann ich – aus Rücksicht auf die nachfolgenden Gäste bzw. Patienten – die Behandlungsdauer leider nicht nach hinten verlängern.



Zeit haben für den Augenblick. Und neue Kraft schöpfen.

Behandlungszeiten: Montag, Dienstag und Donnerstag nach Vereinbarung.

Terminvereinbarung: direkt mit Dipl. PT Stephanie Handle im Pezid PhysioRevital, Tel. +43 650 62 84 200 oder e-Mail: s.handle@pezid.at.

Sie finden mich in der 4. Etage.



A-6534 Serfaus, Dorfbahnstraße 62, Tel. +43 650 62 84 200
www.pezid.at, e-Mail: s.handle@pezid.at