

Medizinische Trainingstherapie (MTT)

Was ist MTT?

Die MTT (medizinische Trainingstherapie) ist eine durch den Arzt verordnetes Training, welches typischerweise nach oder zeitgleich zu einer physiotherapeutischen Behandlung erfolgt. Ziel des MTT Trainings ist der Wiederaufbau der Muskulatur des betroffenen Beschwerdebildes. Sie erhalten zwei Einführungstermine von 30 Minuten mit Ihrem Physiotherapeuten. Danach dürfen Sie selbstständig Ihr Training unter Aufsicht des Trainer-Teams durchführen.

Anzahl Trainings (Gültigkeit)	Trainings pro Woche (Minimum)
<i>Je nach Verordnung: 9 – 36 Trainings</i>	<i>Je nach Verordnung: 2 – 3 x pro Woche</i>

Mitbringen sollten Sie:

- Saubere Indoor Schuhe und Trainingskleider (um das Fitness sauber zu halten)
- Trainingstuch
- Schloss für Garderobenschrank
- MTT Verordnung und Krankenkassenkarte
- **Motivation!** 😊

Was erwartet Sie:

Im Einführungstermin (30 min) steht Ihnen der behandelnde Therapeut zur Verfügung welcher mit Ihnen ein Trainingsplan erarbeitet. Danach wird empfängt Sie das Fitness Team um Sie startklar für das Training zu machen. Des Weiteren können Termine vereinbart werden um den Trainingsplan zu ergänzen.

- Zugang zum ganzen Fitness Bereich und Umkleidekabinen
- Freie Trainingsdauer und flexible Startzeiten (beachte jedoch die mindeste Anzahl Trainings pro Woche)
- Fitness Instruktoren die Ihnen jederzeit zur Verfügung stehen bei Fragen
- 50 Franken Rabatt bei nahtloser Weiterführung eines Fitness Abonnement über 6 Monate (entspricht dem Treuerabatt für bestehende Fitnessmitglieder)

Wichtig!

Die MTT wird von der Krankenkasse ab Startdatum auf eine begrenzte Anzahl Trainings definiert (siehe "Anzahl Trainings") sowie Gültigkeitsdauer (siehe "Gültigkeit"). Im INFINITI Fitness geniessen Sie die Freiheit Ihre Trainings selber Ihrem Alltag einzuteilen. Wichtig ist jedoch die Mindestanzahl der Trainings pro Woche einzuhalten. Im Falle von Krankheit oder Unfall bitten wir Sie dies uns zu melden.

Öffnungszeiten für medizinische Trainings (MTT)

Montag – Freitag: 09.00 bis 13.00 Uhr und 17:00 bis 22:00

Samstag: 09.00 bis 13.00 Uhr

INFINITI Physio

Blumenweg 1, 5070 Frick

Tel: 062 535 53 16

E-Mail: physio@infiniti-fitness.ch