

# Bewegungstherapie

Bewegungstherapie möchte Sie darin unterstützen und begleiten, sich in Ihrem Körper, der physischen und psychischen Nahtstelle von eigenem Erleben und Außenwelt, zunehmend zu Hause zu fühlen, Ruhe zu erleben, lebendig zu sein, Balance zu finden.

## Aktivierende und stabilisierende Therapieangebote:

Morgengymnastik  
Seniorengymnastik  
Walking  
Laufbandtraining  
Boxen  
Hallensport (nur in der Tagesklinik)

## Wahrnehmungsfördernde und spannungsregulierende Therapieangebote:

Bewegungstherapie  
Körperwahrnehmung  
Körperskills  
Reiten

Die für Sie sinnvollen bewegungstherapeutischen Angebote werden in Absprache mit Ihnen und Ihren Therapeuten/Innen in Ihren Therapieplan integriert und verordnet und von Fr. Mrosek (Bewegungs- und Gesundheitspädagogin / Integrative Tanz- und Bewegungstherapeutin) und Fr. Hoffmann (Bewegungstherapeutin) durchgeführt.