

## Über uns



Gunda Neukirch

Bobath/Vojta  
Psychomotorik  
3D-funktionelle Fußbehandlung  
Verhaltenstherapie  
Tapen



Astrid Landmesser

Beckenbodentraining bei Kindern  
Kontinenz-/Verhaltenstraining bei Kindern  
Bobath  
Tapen



Birgit Landmeßer

Happy Baby  
Purzelturnen  
Lymphdrainage  
Tapen



## Anmeldung

Zur besseren Planung ist eine rechtzeitige Anmeldung für die Kurse unbedingt erforderlich. Anmelden können Sie sich telefonisch unter: 0 24 31 - 98 0390 oder per Mail unter [info@kg-neuland.de](mailto:info@kg-neuland.de). Bitte geben Sie Ihren Namen, Adresse und Telefonnummer an.

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr innerhalb von 14 Tagen nach Ihrer Anmeldung auf folgendes Konto bei der Volksbank Mönchengladbach eG mit der Kursnummer als Verwendungszweck.

IBAN: DE73 3106 0517 6004 6740 20 SWIFT-BIC: GENODED1MRB

Wenn die Kursgebühr auf unserem Konto verbucht ist, ist Ihnen der Kursplatz sicher. Wir verschicken keine schriftliche Zusage! Wird die Kursgebühr nicht rechtzeitig überwiesen, müssen wir Ihren Kursplatz leider streichen. Selbstverständlich können Sie Ihre Anmeldung bis zu zwei Wochen vor Kursbeginn kostenlos stornieren. Sollten Sie innerhalb der letzten zwei Wochen vor Kursbeginn ihre Teilnahme absagen, behalten wir die vollständige Kursgebühr ein. Sie können jedoch eine/n Ersatzteilnehmer/in stellen. Eine Rückerstattung ist nicht möglich!

Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken zu den Kursen mitbringen.

Praxis für Physiotherapie  
Gunda Neukirch

Krefelder Straße 5  
41812 Erkelenz

Fon 0 24 31 - 98 03 90  
Fax 0 24 31 - 98 03 93

[www.kg-neuland.de](http://www.kg-neuland.de)  
[info@kg-neuland.de](mailto:info@kg-neuland.de)



Praxis für Physiotherapie

# Kursheft 2019

Rückbildungs- und Kinderkurse...

Praxis für Physiotherapie  
Gunda Neukirch

Krefelder Straße 5  
41812 Erkelenz

Fon 0 24 31 - 98 03 90  
Fax 0 24 31 - 98 03 93  
Mobil 0 1577 - 46 12 219

[info@kg-neuland.de](mailto:info@kg-neuland.de)  
[www.kg-neuland.de](http://www.kg-neuland.de)

## Rückbildungsgymnastik

Dieser Kurs beginnt ca. 2 - 3 Wochen nach der Entbindung. Inhalte sind aufbauen des Beckenbodentraining, Kräftigung für Rücken- und Bauchmuskulatur zur Haltungsverbesserung unter Berücksichtigung der Atmung. Ziel ist die Rückverlagerung der Bauchorgane und Straffung der überdehnten Muskeln. Der Austausch mit anderen Müttern in der gleichen Situation trägt zum Wohlbefinden nach der Geburt bei.

|                         |                      |           |
|-------------------------|----------------------|-----------|
| 29.01.2019 – 19.03.2019 | Di 17.30 – 18.30 Uhr | RBG 19-01 |
| 30.04.2019 – 18.06.2019 | Di 17.30 – 18.30 Uhr | RBG 19-02 |
| 27.08.2019 – 08.10.2019 | Di 17.30 – 18.30 Uhr | RBG 19-03 |
| 29.10.2019 – 10.12.2019 | Di 17.30 – 18.30 Uhr | RBG 19-04 |

7 Zeitstunden, Kursgebühr: 75,- €  
Leitung: Astrid Landmesser, Physiotherapeutin



## Wieder fit - jetzt erst recht...

Dieses Kursangebot richtet sich an Frauen, die Brustkrebs hatten und sich nicht trauen, an einer „normalen“ Sportgruppe teilzunehmen, weil sie noch Schmerzen, Berührungsängste, etc. haben. Dennoch möchten sie sich jenseits aller Therapie gesund, unbeschwert und schmerzfrei bewegen. Hier bieten wir einen geschützten Raum, alle Übungen werden individuell auf Sie zugeschnitten und vor allem werden Sie viel Spaß haben!!!

Fr. 16.00 - 16.45 Uhr Kursbeginn auf Anfrage

7 Unterrichtsstunden, Kursgebühr: 35,- €  
Leitung: Birgit Landmeßer, Physiotherapeutin

## Kinesio-Tapes

Hochelastische „Pflasterstreifen“ wirken spannungsregulierend und führen zu einer Schmerzreduktion und Haltungskorrektur. Auch der Lymphabfluss kann angeregt werden. Wir tapen bei:

- Schmerzen
- Lymphödemen
- Sportverletzungen
- während Schwangerschaften und nach Geburten

## Happy Baby

Sie wollen ein rundum glückliches Baby? Sie wollen seine körperliche, seelische und geistige Entwicklung fördern? Bewegungsspiele, Handling, Tipps für den Alltag, Erfahrungsaustausch, kompetente Antworten auf alle Fragen rundum das Baby und natürlich jede Menge Spaß werden nicht nur ihr Kind, sondern auch Sie glücklich machen!

(2. - 6. Lebensmonat)

|                         |                      |        |        |          |
|-------------------------|----------------------|--------|--------|----------|
| 11.01.2019 – 22.02.2019 | Fr 10.00 – 10.45 Uhr | 7 Std. | 35,- € | HB 19-01 |
| 08.03.2019 – 29.03.2019 | Fr 10.00 – 10.45 Uhr | 4 Std. | 20,- € | HB 19-03 |
| 03.05.2019 – 07.06.2019 | Fr 10.00 – 10.45 Uhr | 6 Std. | 30,- € | HB 19-05 |
| 30.08.2019 – 27.09.2019 | Fr 10.00 – 10.45 Uhr | 5 Std. | 25,- € | HB 19-07 |
| 08.11.2019 – 13.12.2019 | Fr 10.00 – 10.45 Uhr | 6 Std. | 30,- € | HB 19-09 |

(7. - 12. Lebensmonat)

|                         |                    |        |        |          |
|-------------------------|--------------------|--------|--------|----------|
| 11.01.2019 – 22.02.2019 | Fr 9.00 – 9.45 Uhr | 7 Std. | 35,- € | HB 19-02 |
| 08.03.2019 – 29.03.2019 | Fr 9.00 – 9.45 Uhr | 4 Std. | 20,- € | HB 19-04 |
| 03.05.2019 – 07.06.2019 | Fr 9.00 – 9.45 Uhr | 6 Std. | 30,- € | HB 19-06 |
| 30.08.2019 – 27.09.2019 | Fr 9.00 – 9.45 Uhr | 5 Std. | 25,- € | HB 19-08 |
| 08.11.2019 – 13.12.2019 | Fr 9.00 – 9.45 Uhr | 6 Std. | 30,- € | HB 19-10 |

Änderungen vorbehalten!  
Leitung: Birgit Landmeßer, Physiotherapeutin  
Mindestteilnehmerzahl 5 Kinder mit Elternteil (Mütter, Väter, gerne auch Großeltern)

## Purzeltürnen

Ihr Kind läuft seine ersten freien Schritte? Sie wollen seine weitere Entwicklung fördern und ihm den Kontakt zu Gleichaltrigen ermöglichen? Diverse Bewegungs-„Baustellen“ ermöglichen ihrem Kind erste eigene Erfahrungen mit sich und anderen Kindern zu machen. Natürlich bleibt Zeit zum Erfahrungsaustausch und für kompetente Tipps rund um das Kleinkind. Und der Spaß kommt auch nicht zu kurz!

|                         |                      |        |        |           |
|-------------------------|----------------------|--------|--------|-----------|
| 11.01.2019 – 22.02.2019 | Fr 11.00 – 11.45 Uhr | 7 Std. | 35,- € | PUT 19-01 |
| 08.03.2019 – 29.03.2019 | Fr 11.00 – 11.45 Uhr | 4 Std. | 20,- € | PUT 19-02 |
| 03.05.2019 – 07.06.2019 | Fr 11.00 – 11.45 Uhr | 6 Std. | 30,- € | PUT 19-03 |
| 30.08.2019 – 27.09.2019 | Fr 11.00 – 11.45 Uhr | 5 Std. | 25,- € | PUT 19-04 |
| 08.11.2019 – 13.12.2019 | Fr 11.00 – 11.45 Uhr | 6Std.  | 30,- € | PUT 19-05 |

Änderungen vorbehalten!  
Leitung: Birgit Landmeßer, Physiotherapeutin  
Mindestteilnehmerzahl 5 Kinder mit Elternteil (Mütter, Väter, gerne auch Großeltern)

## Bewegungs-Check

Sie fragen sich, ob Ihr Baby / Ihr Kind altersgemäß entwickelt ist? Sie machen sich Sorgen, weil es z.B. eine Seite bevorzugt oder die Füße nicht grade hält? Sie wollen eine kompetente (Zweit-)Meinung und Tipps zur Korrektur und Verbesserung? Eine ausführliche Bewegungsanalyse verbunden mit individueller Beratung kann jederzeit - auch ohne ärztliche Verordnung - durchgeführt werden und schafft Sicherheit für Sie.

30 Minuten Untersuchungszeit für Ihr Kind! Kosten: 42,- €  
Ansprechpartnerin: Gunda Neukirch, Kinder-Physiotherapeutin



## Der kleine „Tyrann“ & Co

Tipps für den ganz normalen Alltag

Ihr Kind ist ein kleiner Tyrann und macht, was es will? Ihr Kind ist im Kindergarten / in der Schule sehr schüchtern, lässt sich dort alles gefallen und dreht zuhause auf? Sie haben schon einige Erziehungsmethoden ausprobiert? Trotzdem gibt es immer wieder Reibereien mit ihrem Kind/Ihren Kindern, die den Alltag unnötig erschweren. Sie brauchen Tipps, wie Sie erwünschtes Verhalten fördern, unerwünschtes abstellen können, damit das Familienleben wieder entspannter wird? Mittels Video-Aufnahmen in verschiedenen Alltagssituationen analysieren wir gemeinsam die bestehenden Verhaltensmuster und modifizieren diese in kleinen Schritten. Die Aufnahmen und Besprechungen können sowohl in unserer Praxis als auch bei Ihnen zuhause stattfinden.

Kosten: ab 30,- €  
Ansprechpartnerin: Gunda Neukirch, Kinder-Physiotherapeutin