



*Privatpraxis für
Physiotherapie
und Training*



SVEN PLAGGE

Praxisleitung

Als leidenschaftlich aktiver Sportler, Trainer und Physiotherapeut möchte ich in meiner Privatpraxis Evidenz in Lilienthal Menschen langfristig und nachhaltig behandeln, Sie zum Sport motivieren und meine Passion für Bewegung weitergeben.

Die Grundlage hierfür bietet meine weitreichende Erfahrung aus dem Hochleistungssport und ein evidenten, also wissenschaftlich fundiertes Vorgehen. Auf diese Weise ergibt sich ein ganzheitlicher Blick auf die Untersuchung, die Behandlung und das Training.

PRAXISPHILOSOPHIE

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass man durch sportliche Bewegung stress-resistenter, leistungsfähiger, gesünder und länger selbstständig mobil den Alltag bewältigen kann.

Die Studienlage in der Medizin zeigt deutlich, dass aktive Maßnahmen im Sinne von gesundheitlichem Funktionstraining, gekoppelt mit manuellen Therapiemaßnahmen sowie eine gewissenhafte Aufklärung des Patienten über sein Beschwerdebild, den Gesundheitserfolg nachhaltig verbessern.

Das Therapieangebot von Evidenz hat zum Ziel, Kunden mit Beschwerden am Bewegungsapparat zu rehabilitieren und Ihnen anschließend einen Trainingsplan an die Hand zu geben der auch zukünftige Beschwerden an Muskeln, Sehnen, Bändern und Gelenken verhindert.

Die Praxis begleitet in professioneller Herangehensweise sowohl diejenigen, die Sport als Ausgleich zu einem belastenden Alltag sehen und sich mit einem gesunden Körper den Herausforderungen der nächsten Woche stellen wollen, aber auch jene Sportler, welche schon regelmäßig eine Sportart betreiben. Dabei kann von mir eine individuell geeignete Betreuung, Therapie und ganzheitliche Unterstützung über den gesamten Trainingsverlauf erwartet werden.

Egal ob Jung oder Alt, Bewegung ist wichtig und jeder sollte in einer ausgewogenen Weise sportlicher Betätigung nachgehen.



Als Spezialist in der Physiotherapie hilft Sven mir seit Jahren meine Leistung abzurufen.

CLAUDIO PIZARRO
SV Werder Bremen



Es ist mir wichtig auch nach meiner Fußballkarriere gesund zu bleiben. Dabei ist Sven mir mit seiner Fachkompetenz eine große Stütze.

CLEMENS FRITZ
SV Werder Bremen

THERAPIEANGEBOTE

- » Orthopädische Manuelle Therapie
- » Funktionelles Gesundheitstraining
- » medizinisches Fitnessstraining
- » Medizinische Trainingstherapie
- » Personal Training
- » Sportphysiotherapie

QUALIFIKATIONEN

- » DOSB Sportphysiotherapie
(Deutscher Olympischer Sportbund)
- » Osteopathische Sportphysiotherapie
(DOSB anerkannt)
- » Orthopädische Manuelle Therapie (OMT)
- » Medizinische Trainingstherapie (MTT)
- » Heilpraktiker Physiotherapie
- » Manuelle Lymphdrainage
- » PNF
- » Fußreflexzonen- und Diagnostik
- » Kinesiology Tape

ZERTIFIZIERT DURCH



Sprechen Sie mich an und wir entwickeln gemeinsam evidenzbasierte (durch Studien belegte) Strategien, Ihre Gesundheit zu stärken, Schmerzen zu beseitigen und negativen Stress im Alltag durch Bewegung zu unterbinden.

SVEN PLAGGE
Praxisleitung

EVIDENZ

Privatpraxis für Physiotherapie und Training

Telefon

0176 / 629 83 172

Feldhausen 41

28865 Lilienthal

info@physiotherapie-evidenz.de

www.physiotherapie-evidenz.de