



## BERATUNG UND BUCHUNG

Gesundheitszentrum Oberammergau GmbH  
Hubertusstraße 2 · 82487 Oberammergau  
Telefon: 08822-78433  
Mail: [reservierung@gzogau.de](mailto:reservierung@gzogau.de)  
[www.gesundheitszentrum-oberammergau.de](http://www.gesundheitszentrum-oberammergau.de)



## OP-FIT WOCHE ORTHOPÄDIE 2026



Weitere Informationen und Einblicke erhalten Sie auf unserer Website. Hierzu einfach den QR-Code scannen.



**ATMEN**



**STÄRKEN**



**LEBEN**

Unsere Indikationen:

**PNEUMOLOGIE**

**ORTHOPÄDIE**

**KARDIOLOGIE**



# OP-FIT WOCHE ORTHOPÄDIE

Eine gute Vorbereitung ist ein entscheidender Baustein für eine erfolgreiche Gelenkoperation.

Mit unserer PräReha im Bereich Endoprothetik bereiten wir Patientinnen und Patienten gezielt auf den bevorstehenden Eingriff vor. Durch Bewegung, Muskelaufbau, medizinische Schulungen und praktische Alltagstipps kann die spätere Genesung häufig beschleunigt, das Risiko von Komplikationen reduziert und die Rückkehr in den Alltag erleichtert werden.

Ziel ist es, Patientinnen und Patienten bestmöglich vorbereitet und mit einem sicheren Gefühl in die Operation gehen zu lassen – damit sie nach dem Eingriff schneller wieder mobil und selbstständig werden.

## Unsere Bausteine:

- ▶ Muskelaufbau durch Medizinische Trainings-therapie
- ▶ Physiotherapeutische Anwendungen für Daheim
- ▶ Arztvisite: Wie geht es nach der OP in der Reha weiter?
- ▶ Praxistest vor der OP:
  - Welche Hilfsmittel brauche ich?
  - Wie ziehe ich mich an?
  - Wie nutze ich Mobilitätshilfen?
  - Welche Rezepte benötige ich?
- ▶ Entspannungstraining
- ▶ Sporttherapie
  - Koordination- und Gleichgewichtstest
  - Beweglichkeits- und Krafttest
- ▶ Vortrag Endoprothetik



## EINE WOCHE VOLLPENSION

**Im Doppelzimmer: 990,00 € pro Person**

**Im Einzelzimmer: 1.190,00 € pro Person**

Nutzen Sie die Chance: Hilfe zur Selbsthilfe!