



Gesundheitszentrum  
**Office V**

---

FITNESS + PHYSIO

# Gesundheitszentrum Office V

Egal ob jung oder alt, trainiert oder untrainiert, das Gesundheitszentrum Office V bietet für jedes Fitness-Level und jede Altersstufe die passenden Trainingsmöglichkeiten.

Seit Februar 2021 ist das Gesundheitszentrum auf dem Gelände des Office V eröffnet.

Im neuen Gesundheitszentrum dreht sich alles um Ihre Gesundheit, Bewegung und Fitness. Auf 470 m<sup>2</sup> finden Sie ein großes Angebot an physiotherapeutischen Leistungen, Cardio- und Krafttrainingsgeräten, sowie funktionalen Trainingsgeräten. Das Angebot wird durch ein Kursprogramm und EMS Training abgerundet.

Das Team des Gesundheitszentrums besteht aus erfahrenen und kompetenten Mitarbeitern und betreut Sie von der Physiotherapie bis zum Fitnesstraining.

Fitnessstudio

Physiotherapie

EMS Training

Präventions- und  
Rehabilitationsprogramme

Partner der Betrieblichen  
Gesundheitsförderung

*Office V*  
FITNESS + PHYSIO



# Fitnessstudio

- ✔ Sie trainieren mit modernen Technogym-Geräten unter professioneller Betreuung.
- ✔ Neben den chipkartengesteuerten Kraftgeräten gibt es eine Auswahl an Geräten für funktionelles Training.
- ✔ Die Five-Geräte helfen Ihnen dabei, Ihre Beweglichkeit zu erhalten oder wieder zu erlangen.
- ✔ Um Ihr Trainingsprogramm abwechslungsreich zu gestalten, haben Sie die Möglichkeit, an diversen Fitnesskursen gemeinsam mit Ihren Freunden/innen oder Ihren Kollegen/innen teilzunehmen.
- ✔ Einzelduschen in den Umkleiden.



**five**  
Körper. Fast immer  
wird. Leistungssteigerung  
Hilfsmittel





# Physiotherapie im Gesundheitszentrum

Ihre Physiotherapie mit Kassenzulassung.  
Sie können mit Ihren Kassen- und  
Privatrezepten oder als Selbstzahler unsere  
physiotherapeutischen Leistungen in Anspruch  
nehmen.

- ✔ Therapie und Training gut in Ihren (Arbeits-) Alltag integrierbar
- ✔ Schnelle Terminvergabe
- ✔ Professionelle, qualitativ hochwertige Behandlung und Betreuung
- ✔ Fachliche Zusammenarbeit zwischen der Physiotherapie und dem Fitnessstudio





Desinfiziert



# Physiotherapie im Gesundheitszentrum

- ✔ Unsere eigene physiotherapeutische Praxis bietet die Möglichkeit sich bei spezifischen Beschwerden durch kompetente Therapeuten behandeln zu lassen.
- ✔ Je nach Beschwerdebild können Manuelle Therapie, Krankengymnastik am Gerät, Manuelle Lymphdrainage, Elektrotherapie, Wärme- oder Kältebehandlung, Kinesiotaping, Ultraschall uvm. in Anspruch genommen werden.
- ✔ Voraussetzung für eine Behandlung ist eine Verordnung des jeweiligen Arztes.
- ✔ Vereinbaren Sie Ihre Termine persönlich vor Ort oder telefonisch unter 0711 / 220 464 87

# T-RENA Programm

T-RENA ist eine trainingstherapeutische Rehabilitationsnachsorge der Deutschen Rentenversicherung zur Wiederherstellung von Bewegungen bei vorhandenen Defiziten.

Voraussetzung für die Teilnahme an dem Programm ist eine vorangegangene medizinische Rehabilitation (ambulant oder stationär), bei der nicht alle Einschränkungen behoben werden konnten. In diesem Fall wird ein Rezept für das T-RENA Programm von einem Arzt der Rehabilitationseinrichtung verschrieben.

T-RENA beinhaltet 26 Trainingseinheiten, die 2x wöchentlich als 60-minütiges Gruppentraining stattfinden.

Informationen zu unseren Trainingszeiten können Sie gerne bei uns telefonisch unter 0711 / 220 464 87 oder per Mail an [gesundheitszentrum-officev@integion.de](mailto:gesundheitszentrum-officev@integion.de) erfragen.

Alle weiteren Informationen zu dem Nachsorgeprogramm T-RENA finden Sie auf der Webseite der Deutschen Rentenversicherung: [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de).

# EMS Training

Elektrisches-Muskel-Stimulationstraining regt die Muskulatur durch einen zusätzlichen äußerlichen elektrischen Impuls intensiv an.

In einem nur 20 minütigen Personaltraining können Sie ein effektives Training absolvieren. Diese effektive Trainingsmethode birgt zahlreiche Vorteile für Ihre Gesundheit und erspart Ihnen wertvolle Zeit im Alltag.

- ✔ Hochintensive Muskelkontraktion
- ✔ Zeitsparendes- und effektives Training
- ✔ Erhöhter Kalorienverbrauch
- ✔ Geringere Steigerung der Herzfrequenz und des Blutdrucks







# Präventionsprogramme

In Kooperation mit diversen Krankenkassen bieten wir unterschiedliche Präventionsprogramme an. Unsere Mitglieder profitieren hierbei nicht nur gesundheitlich.

Sie können die Teilnahme an Präventionsprogrammen, an Gesundheitskursen sowie die Mitgliedschaft im Fitnessstudio bei diversen Krankenkassen geltend machen.

Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.gesundheitszentrum-officev-integion.de](http://www.gesundheitszentrum-officev-integion.de)

**Daimler BKK**



Professionelle  
Trainingsbetreuung

Kursangebot

FIVE  
Mobilisationstraining

EMS Training

Physiotherapie

Präventions-  
programme  
(div. Krankenkassen)









Werden  
neuer

Fit und ges

- Regelmäßige
- Aktive Mo
- Spricht die F
- Kann auch p
- Durch Skate



# Mitgliedschaften

- Jahrestarif: 24,- € mtl.
- Halbjahrestarif: 28,- € mtl.
- Azubi / Student / Schüler (Jahrestarif): 19,- € mtl.
- Tageskarten: 9,- €, 40,- € und 80,- €  
1-er, 5-er und 10-er Karte
- Einmalige Aufnahmegebühr: 15,- €

# Zusatzangebote

- Handtuchfltrate 15,- € mtl.

# Unsere EMS Trainingtarife

- Jahrestarif „Starter“ 89,- € mtl.  
(1 Personaltraining EMS-Einheit pro Woche)
- Jahrestarif „Premium“ 99,- € mtl.  
(1 Personaltraining EMS-Einheit pro Woche  
und Nutzung d. Fitnessbereichs)
- Tageskarten EMS-Training: 35,- €, 160,- € und 300,- €  
1-er, 5-er und 10-er Karte
- Einmalige Aufnahmegebühr 79,- €  
inkl. Anzug EMS

## Kontakt:

- ☎ 0711 / 220 464 87
- ✉ [gesundheitszentrum-officev@integion.de](mailto:gesundheitszentrum-officev@integion.de)
- 🌐 [www.gesundheitszentrum-officev-integion.de](http://www.gesundheitszentrum-officev-integion.de)
- 📘 Gesundheitszentrum Office V
- 📷 [gesundheitszentrumoffice](#)

## Adresse:

- 🏠 Gesundheitszentrum Office V  
Am Wallgraben 110 Geb. A (Eingang Schockenriedstraße)  
70565 Stuttgart

## Unsere Öffnungszeiten:

Unsere aktuellen Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Webseite oder auf Google Maps .