

20 jahre jubiläum

physio lympic.ch

physiotherapie

myriam baldinger



personal training

karin hagmann



Physiolympic bedankt sich bei
allen Klienten für die langjährige Treue.



*«wir bringen deine ziele
mit unserer therapie auf den punkt»*

Physiotherapie • Personal Training • Sypoba • Fitness / MTT
Akupunktur / TCM • Chinesische Arzneimitteltherapie
Pferde-Osteopathie • Hunde-Osteopathie



dinizitig.ch by Wiler Nachrichten

«unsere arbeit ist unser hobby»

Vor 20 Jahren gründete Myriam Baldinger Physiolympic. Im Physio-Olymp angekommen ist sie zusammen mit ihrer Geschäftspartnerin Karin Hagmann dank des unermüdlichen Bestrebens, das Wohlergehen und die Gesunderhaltung von Mensch und Tier als Herzenssache zu erklären.

Physiolympic feiert sein 20-jähriges Bestehen. Ein paar Gedanken zum Jubiläum.

Myriam Baldinger: Ich bin sehr stolz auf alles, was ich in den letzten 20 Jahren erreicht habe. Das A und O ist die gute Zusammenarbeit und eine Vertrauensbasis mit Klienten, Ärzten und vor allem mit unserem Team.

Karin Hagmann: Ich bin stolz auf Myriam und das, was sie erschaffen hat, und freue mich, ein Teil des Ganzen zu sein.

Sie sagen, Sie verdanken den Werdegang der Physiolympic unter anderem dem FC Wil. Inwiefern?

M.B.: 2002 durfte ich grosse Erfolge mit dem FC Wil erleben, wie den Aufstieg in die Super League und den grandiosen Cup-Sieg.

K.H.: Myriam Baldinger hat einen starken Grundstein gelegt. Auf dem Fundament hat sie in den letzten 20 Jahren stetig aufgebaut und konnte sich in der Welt der Physiotherapie einen beeindruckenden Namen machen.

Ein Patient hat Sie beide im weitesten Sinne als Geschäftspartnerinnen zusammengebracht. Wie sind Ihre Erinnerungen an die Zeit, in der Sie zusammen durchgestartet sind?

M.B.: Eigentlich unser Kunde mit Patientennummer 9 hat uns zusammengeführt im Jahre 2011. Es entwickelte sich eine wunderbare Zusammenarbeit und eine vertrauensvolle Freundschaft.

K.H.: Es hat vom ersten Moment an funktioniert und wir haben gemerkt, dass wir uns sehr gut ergänzen. So ergab es sich auch, dass wir uns für einen gemeinsamen Weg mit der Physiotherapie entschieden haben.

Mit Ihnen beiden hat Physiolympic ein starkes Frauenteam an der Spitze. Wie ergänzen Sie sich?

M.B.: Mir unterliegt die Physiotherapie und die Pferde-/Hunde-Osteopathie. Karin Hagmann widmet sich dem Personal Training, Sypoba und der MTT und kümmert sich um die gesamte Administration. Alles Weitere besprechen wir zusammen und begegnen uns stets auf Augenhöhe.

K.H.: Jede von uns hat ihren Platz in der Physiolympic und wir ergänzen uns sehr gut. Individuelle Projekte diskutieren wir gemeinsam.

Sie sind sich einig, Sie haben den Traumberuf gewählt. Was macht Ihre Tätigkeit aus?

M.B.: Mein Beruf ist mein Hobby und ich freue mich auf jeden neuen Tag, an dem ich unser Therapieangebot mit bestem Wissen und Gewissen umsetzen darf.

K.H.: Auch ich konnte mein Hobby zum Beruf machen und übe ihn mit Leidenschaft und Freude aus.

Wie wichtig ist Ihnen Weiterbildung für sich und für Ihr Team?

M.B.: «Wer rastet, der rostet.» Der medizinische Fortschritt ist immens. Mein Erstreben ist es, mit hoher Fachkompetenz dem Klienten zur Seite zu stehen.

K.H.: Weiterbildung gehört dazu, weil immer neue Möglichkeiten und Trainingsarten auf den Markt kommen.

Seit 2020 sind Sie auch als Tier-Osteopathin tätig. Was unterscheidet bei den Behandlungen den Menschen vom Tier?

M.B.: Die meisten Tiere agieren unterbewusst und reagieren ehrlich und lassen sich auf die Behandlung ein. Mein Motto ist stets: Das Tier führt durch die Behandlung und nicht der Therapeut.

Was macht Sie als Personal Trainerin einzigartig?

K.H.: Ich arbeite seit über zehn Jahren als Personal Trainerin und kann mich gut in meine Kunden hineinversetzen. Ich achte sehr auf die korrekte Ausführung der Übungen und arbeite zu 90 Prozent mit dem eigenen Körper ohne Verwendung von Kraftgeräten. Mein Ansatz gibt mir recht, ich habe Kunden, die schon seit den Anfängen mit mir zusammenarbeiten.

Was dürfen Klienten der Physiolympic und Equinolympic in Zukunft erwarten?

M.B.: Wir bringen die Therapie auf den Punkt. Auch in der kommenden Saison betreuen wir weiter den EC Wil. Im Equinolympic wird im Sommer mit Manuela Müller als Pferde-Osteopathin aufgestockt und ab April unterstützt uns Charlotte de Bruyne als Human- und Tier-Physiotherapeutin mit Schwerpunkt Pferd.

K.H.: Der Kunde wird immer im Vordergrund stehen. Ziel ist es, dem Klienten so schnell wie möglich zu helfen und seine Beschwerden zu lindern. Dieser Grundsatz gilt auch bei Sypoba und beim Personal Training. Letzteres wird noch abwechslungsreicher – immer unter Berücksichtigung der Ziele und der Tagesverfassung des Klienten.


Karin Hagmann und Myriam Baldinger, seit über zehn Jahren an der Spitze der Physiolympic GmbH





Was lange währt, ist gut.
20 Jahre Physiolympic Wil – wir gratulieren!

Fabio Vitto, Leiter Verkauf & Verkaufssupport
 T 071 394 66 28, fabio.vitto@mobiliar.ch

Generalagentur Flawil
 Steven Stüdi
 Bahnhofstrasse 18
 9230 Flawil
 T 071 394 66 11
 flawil@mobiliar.ch
 mobiliar.ch

Wir gratulieren **Physiolympic** herzlich zum grossen Firmenjubiläum und freuen uns das Team als Mieterschaft in unserer Liegenschaft an der Bronschhoferstrasse zu haben.



Herzliche Gratulation zu 20 Jahren Erfolg!

Sachverstand gepaart mit Empathie, Leidenschaft und purer Energie ... So erleben wir Eure Begleitung und Betreuung. Danke im Namen der gesamten Belegschaft für die intensiven und nachhaltigen FIRMEN-PERSONAL-TRAININGS.

GUS Schweiz AG
 www.gus-erp.com

das physiolympic-team – jede*r mit den ganz eigenen stärken – stellt sich vor



«... myriam ist ein wandelndes lexikon für mensch, pferd und hund»

myriam baldinger
Praxisinhaberin seit 2002

Aus- und Weiterbildungen:
Physiotherapeutin BSc seit 1996, GolPhysio-Trainerin / GolfSportPhysio-Trainerin seit 2014, Master in Akupunktur / TCM seit 2005, Chinesische Arzneimitteltherapie, Pferde-Osteopathin n. Welter-Böller, Tier-Akupunktur / TCM, Hunde-Osteopathie i. A.



«... die den sportlichen teil von früher jetzt gerne weitergibt»

karin hagmann
Praxisinhaberin seit 2013

Aus- und Weiterbildungen:
Fitnessinstructorin seit 1997, Personal Trainerin seit 2010, Sypoba-Instructorin seit 2011 mit Weiterbildung in Beckenbodentraining, GolPhysio-Trainerin / GolfSportPhysio-Trainerin seit 2014, TRX Level I & II, Cat Slide, Kinesiotape



«... unser stolzer vater, der für alle ein offenes ohr hat»

attila türi
Stv. Chef-Physiotherapeut

Aus- und Weiterbildungen:
Physiotherapeut MSc, Anatomy Trains (Faszien-Behandlung), NKT (Neuro Kinetik Therapy), Kinesiotape



«... der die natur, den sport und die schweizer berge liebt»

tim van hunsel
Physiotherapeut

Aus- und Weiterbildungen:
Physiotherapeut MSc, Kinesiotape



«... die stets gutgelaunte, aufgeweckte und flippige liebt die natur und die berge»

stella koutsourelaki
Physiotherapeutin

Aus- und Weiterbildungen:
Physiotherapeutin seit 2021, Kinesiotape



«... wird uns ab april 2022 in der physiotherapie und tier-physiotherapie unterstützen»

charlotte de bruyne
Human-Physiotherapeutin,
Tier-Physiotherapeutin
(Schwerpunkt Pferd)



«... ist unsere gute seele am telefon, empfang und in der küche»

nunzia blandolino
Administration / Empfang



«... die witzige, die myriam ab dem sommer 2022 im bereich pferdeosteopathie unterstützen wird»

manuela müller
Pferde-Osteopathin

Wir gratulieren herzlich Geschäftsleitung und Team zum 20-jährigen Jubiläum und wünschen weiterhin viel Erfolg!

SCHWYN
Immobilien AG

Immobilien Breitenmoser

Wir gratulieren Physiolympic zum Jubiläum

Herzlichen Glückwunsch zum Jubiläum!

HYUNDAI OPEL SSANGYONG

auto eberle wil
Zürcherstr. 59 - 9500 Wil - 071 913 30 30 - www.auto-eberle.ch

MOTORRADWERK

TOM'S CHOPPERS

071 371 21 11 · 9542 MÜNCHWILEN

MONDI GIPSERGESCHÄFT

Ivica Kolic
Bahnhofstrasse 27
9602 Bazenhaid
Telefon 071 931 24 16
Natel 079 407 34 38

TRATTORIA-PIZZERIA

Valentino Italienische Spezialitäten

Wir gratulieren zum 20. Jubiläum und freuen uns immer über Euren Besuch.

Konstanzerstrasse 17 9512 Rossrüti
Tel. 071 911 32 48 www.pizzeriavalentino.ch

mit physiolympic zum ziel

Physiolympic ist seit 20 Jahren im Herzen von Wil tätig und ist bestrebt, mit hoher Fachkompetenz die Ziele seiner Klienten zu unterstützen.

Das A und O für eine erfolgreiche Therapie ist das Aufspüren der Ursache und deren Behandlung. Wenn immer wieder die gleichen Beschwerden auftreten und eine wirkliche Verbesserung angestrebt wird, dann ist man an der Bronschhoferstrasse 2a an der richtigen Adresse. Physiolympic bringt seine Klienten wieder ins Lot. Natürlich braucht es immer auch Eigenverantwortung und Selbstdisziplin für den Erhalt des erreichten Therapieziels. Welche Behandlung zielführend ist, dazu berät das kompetente Team jeden Klienten beim ersten Kontakt.

therapieangebot:

- Sportphysiotherapie / klassische Physiotherapie
- manuelle Lymphdrainage
- manuelle Therapie
- Osteopathische Techniken
- Triggerpunkttherapie / Dry Needling
- Faszien-Therapie
- Anatomy Trains n. Tom Myers
- NKT – NeuroKineticTherapy
- Narbentherapie n. Boeger
- CMD – Craniomandibuläre Therapie
- BestVibe / Vibrationsplatten-Training
- Domizilbehandlungen
- Kinesiotape / Sporttape
- diverse Massagen
- Fussreflexzonenmassage
- Haltungsschule / Skoliotherapie
- Körperanalyse
- Ultraschall- / Matrixtherapie, Elektrotherapie, Lasertherapie / LaserNeedle
- Blutegeltherapie

akupunktur und chinesische arzneimitteltherapie

Akupunktur steht für die Behandlung bestimmter Körperpunkte mit Nadeln. Die Akupunkturpunkte können ausserdem durch Wärme (Moxibustion), Schröpfgläser, Tuina-Massage oder Fingerdruck (Akupressur) stimuliert werden. Die Akupunktur ist Teil der Chinesischen Medizin, mit der seit mehr als 2000 Jahren viele Krankheiten erfolgreich behandelt werden. Bei der chinesischen Arzneimitteltherapie umfasst die Diagnostik eine Puls- und Zungendiagnose sowie ein ausführliches Anamnesegespräch. Myriam Baldinger hat 2005 den Master in Akupunktur TCM abgeschlossen. Diesen Sommer folgt die eidgenössische Prüfung für Akupunktur TCM und Myriam Baldinger ist auch EMR-angelernt.

mtt – medizinische trainingstherapie

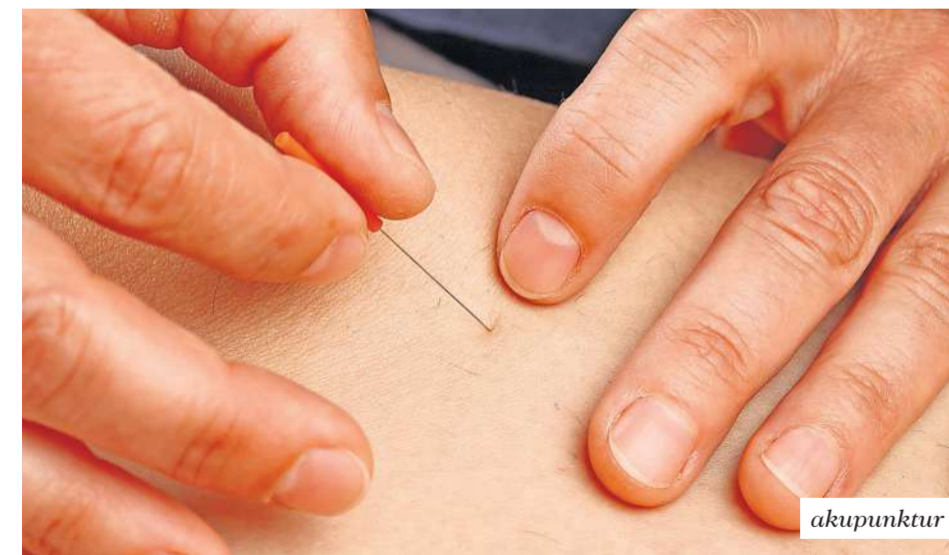
Die Medizinische Trainingstherapie (MTT) stellt eine Erweiterung des Leistungsangebots der Physiolympic dar. Die Anpassungsfähigkeit des menschlichen Körpers soll auf gesunden Funktionen aufbauen und durch geeignete Trainingsreize angesprochen werden. So gelingt es, gestörte oder verlorene Funktionen wiederherzustellen, zu erhalten oder zu verbessern. Die MTT steht in der Rehabilitation nach Operationen oder Erkrankungen (auf ärztliche Verordnung) als Erweiterung der physiotherapeutischen Möglichkeiten zur Verfügung. Konkret bedeutet dies, dass die MTT auf ärztliche Zuweisung im Anschluss an die verordnete Therapie oder als Abonnent besucht werden kann.

die vorteile von physiolympic auf einen blick

- Im Vordergrund steht die Behandlung der Ursache und nicht der Symptome. Deshalb rechnet Physiolympic bei der ersten Behandlung 45 bis 55 Minuten Zeit ein, um eine ausführliche Anamnese, Befundung und Behandlung durchzuführen.
- Die Therapieanwendung dauert bei normaler Physiotherapie 25 Minuten und bei aufwendiger Physiotherapie (Lymphdrainage, neurologischen Erkrankungen etc.) 40 bis 45 Minuten.
- Physiolympic wendet gerne passive Massnahmen an, wenn sie gebraucht werden. Diese sollten aber stets mit aktiver Therapie kombiniert und gefördert werden, um nachhaltig den Therapieerfolg zu erhalten und zu festigen.
- Die Praxis umfasst 450 Quadratmeter mit grossem MTT-Bereich, Gymnastikraum, separaten Behandlungszimmern, Umkleiden mit Duschen und separaten WCs.



karin instruiert bei einer klientin medizinische trainingstherapie



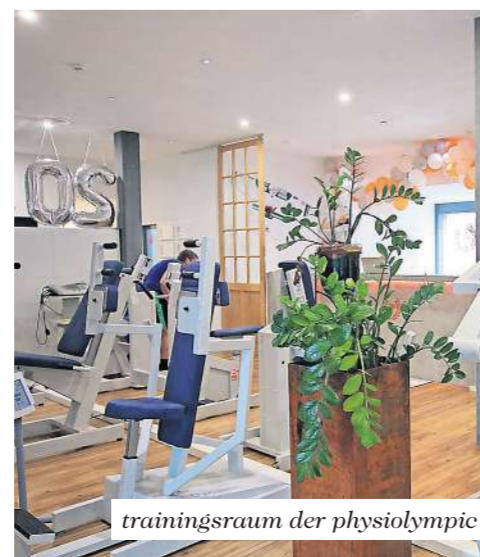
akupunktur



sypoba



kinesiotape



trainingsraum der physiolympic



outdoor personal training/firmenfitness



myriam baldinger (l.), attila türi (r.) und karin haßmann (m.)



... es kann auch privat ein fitnessabo gelöst werden



einzelne therapieräume



physiotherapie

personal training und sypoba

Physiolympic-Mitinhaberin Karin Hagmann hat sich auf Personal Training und Sypoba spezialisiert. Beide Trainingsformen stossen bei der anerkannten Personal Trainerin auf grosses Interesse. Die Einzel- und Gruppenkationen bereiten ihr viel Freude.

personal training

Das angewendete funktionelle Training besteht überwiegend aus Übungen, welche die körpereigenen Urfunktionen schulen. Der Klient steht mit den Füessen auf dem Boden und wird nicht von einem Kraftgerät unterstützt. Das eigene Körpergewicht zu halten, zu bewegen, in verschiedenen Stellungen zu stabilisieren beziehungsweise auszubalancieren, wird erlernt. Um Fortschritte zu maximieren, setzt Karin Hagmann speziell für funktionelles Training entwickelte Geräte und Hilfsmittel ein, welche die Impulse und Reize auf die Muskeln und das Nervensystem erhöhen. Das Training soll abwechslungsreich, ausgewogen, interessant, an die Situation angepasst und fordernd sein und vor allem Spass machen.

Was sind die Vorteile eines Personal Trainers?

- Professionelle 1:1-Betreuung bei jedem Training. So werden Fehler vermieden.
- Flexible Trainingszeiten
- Zielsetzung und regelmässige Kontrolle
- Individuelles, auf die Bedürfnisse und Ziele abgestimmtes Training
- Indoor, in den Räumlichkeiten von Physiolympic oder beim Klienten zu Hause, oder outdoor an der frischen Luft möglich



sypoba aktiviert viele muskelgruppen gleichzeitig und macht grossen spass.

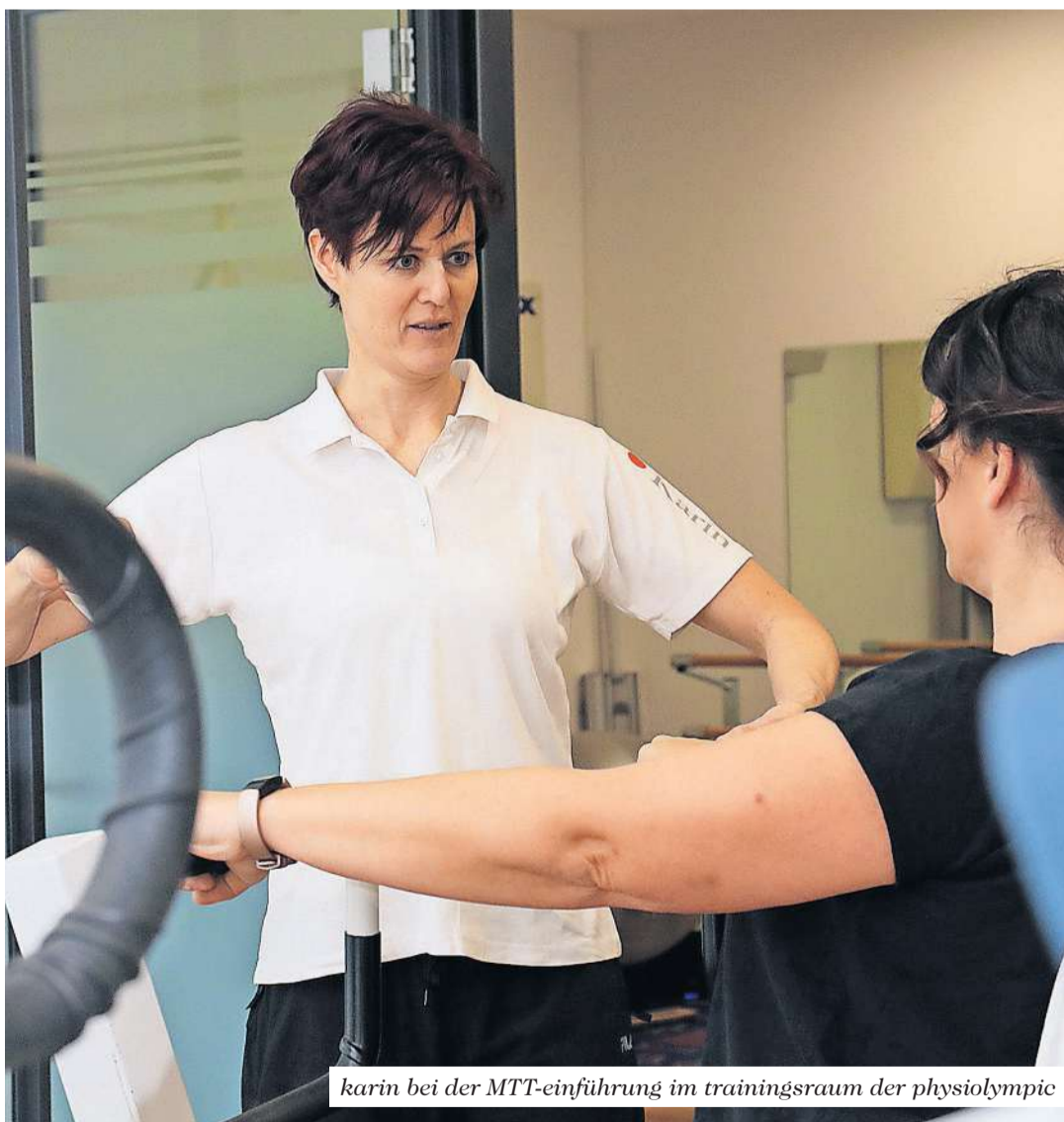
sypoba

Das Sypoba-Training ist sehr komplex. Es erreicht eine sehr hohe Effektivität, da ein x-Faches an Muskelfasern und Muskelgruppen gleichzeitig aktiviert wird, was mit üblichen Übungen kaum erreicht werden kann. Besonders die tiefe Muskulatur, die für die Stabilität unseres passiven Bewegungsapparates verantwortlich ist, wird von Beginn an aktiviert und trainiert. Mit Sypoba werden nicht nur stehende Übungen ausgeführt, sondern eine Vielzahl weiterer intensiver Körperübungen für Beine, Po, Rücken, Bauch, Schultern usw. Die Übungen werden in der Regel als Komplexübungen durchgeführt. Vorteil: Die direkte Anwendung im Alltag und die Bewegungen und Reaktionen des Körpers werden verbessert.

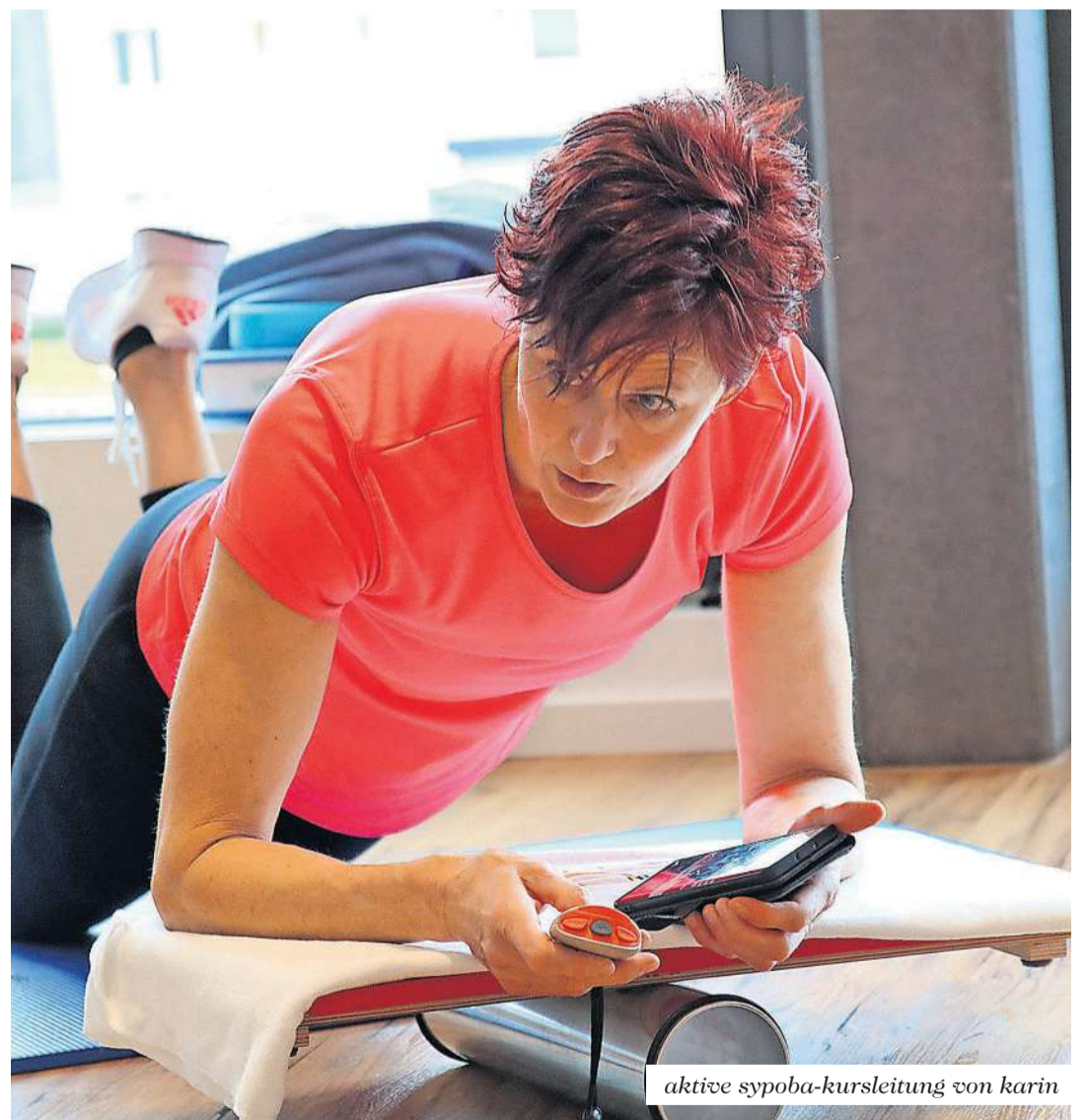
Die Koordinationsfähigkeit wird mit zunehmendem Alter immer geringer und unvorsichtige Fehltritte können sich vermehrt einschleichen. Es sind alle herzlich eingeladen, mit Karin Hagmann und ihrem Sypoba-Training etwas für Stabilität, Tiefenmuskulatur und Koordination zu tun.

Weitere Angebote:

- Physiotherapeutische Betreuung der 1. Mannschaft EC Wil
- Golf-Fitness und Golf-Physio bei John's Golf in Fischingen
- Bioresonanz
- Stosswellen uvm.



karin bei der MTT-einführung im trainingsraum der physiolympic



aktive sypoba-kursleitung von karin



wir danken den inserenten, welche diese publikation ermöglichen.

Design by Wiler Nachrichten



Wir gratulieren zum Jubiläum!

equinolympic

Die Denk- und Sichtweise von Myriam Baldinger richtet sich sowohl auf das Pferd als auch auf den Reiter. Oft sieht sie die Ursache beim Reiter. Denn jede körperliche Dysbalance, Verspannungen oder eine typische Schiefhaltung überträgt sich direkt auf das Pferd. Das Pferd, unser Partner, macht meist alles für seinen Besitzer, es überträgt die möglichen Fehlhaltungen und korrigiert sie. An diesem Punkt setzt Myriam Baldinger und ihr Team an.



equino lympic.ch

für Pferd und Reiter

Pferde- und Hundeosteopathie n. Welter-Bölller - Akupunktur / TCM / Moxa - Chinesische Arzneimitteltherapie - Meridiantherapie - Equine Dry Needling n. Schachinger® - Viszerale Osteopathie - Vetdrop® - Transdermale Applikation (TDA) - Kinesiotaping - Blutegeltherapie - Lasertherapie - Ultraschalltherapie - Matrixtherapie - Stosswellentherapie - Magnetfeldtherapie - Bioresonanz /Haaranalyse (Rayonex) - SureFoot® n. Wendy Murdoch - Horse-BodyFormer - uvm...

«das tier führt durch die behandlung und nicht der therapeut»

Bei Physiolympic- und Equinolympic-Gründerin Myriam Baldinger hatten Tiere schon immer einen hohen Stellenwert in ihrem Leben. 2013 entschied sie sich, die Therapien für Menschen mit solchen für Pferde und neu auch für Hunde zu ergänzen. Tiermedizinische Weiterbildungen und viel Erfahrung im Umgang mit Pferden und Hunden machte sie zu einer ausgewiesenen Pferde- und ab Sommer 2022 auch zu einer ausgewiesenen Hunde-Osteopathin.

Jeder Pferde- und/oder Hundebesitzer, der sich sorgsam um sein Tier kümmert und um sein Wohlergehen bemüht ist, kann irgendwann mit der Möglichkeit der Osteopathie konfrontiert werden. Als Therapeutin ist ein respektvoller Umgang sowohl mit dem Tier, als auch mit dem/der Besitzer/in Myriam Baldinger ein grosses Anliegen. Dabei sollte die Kommunikation zwischen allen Beteiligten klar sein.



myriam baldinger mit caruso



manuela müller (re) ergänzt myriam baldinger ab sommer 2022 bei equinolympic

Der tierische und menschliche Körper ist komplex aufgebaut und jede Struktur auf spezifische Art miteinander verbunden. Wenn nun eine Körperregion in Dysbalance kommt, entstehen Verkettungen und Folgeverspannungen in anderen Körperregionen, welche wiederum weitere Erkrankungen und Schmerzen herbeiführen. Zielsetzung jeder Behandlung ist es, solche Dysbalancen aufzufinden und zu lösen. Schnellst möglichst wieder ein Gleichgewicht aller Körperfunktionen herzustellen und die Selbstheilungskräfte, welche in jedem Organismus zu finden sind, zu unterstützen.

«Pferde denken einfach, instinktiv und gehen unterbewusst mit uns in Verbindung. Unsere komplizierten Denkprozesse sind für sie nicht nachvollziehbar. Danke wie Dein Pferd. Das ist das A und O einer gesunden und erfolgreichen Pferd-Mensch-Beziehung.»

Was ihre Behandlung ausmacht: Zuerst wird eine Befragung mit dem Tierbesitzer durchgeführt, wobei das Tier schon begutachtet wird und Myriam Baldinger Informationen dadurch erhält. Ein wichtiger Bestandteil ist das Begutachten des Tieres in Bewegung, hierfür blickt sie stolz auf über mehr als 28 Jahre Erfahrung und analytisches Denken als Human-Physiotherapeutin zurück. Allein

durch das Betrachten und die Reaktionen des Tieres bekomme man so viele Informationen, um dann gleich zur Befundung und Testung zu gehen. Wie ihr Lehrer schon sagte: «die Grundlage einer guten Pferde-Osteopathin ist Anatomie, Anatomie und nochmals Anatomie».

Dann erfolgt die Behandlung, mit Einbezug des Besitzers. Nach Bedarf empfiehlt sie weiterführende Untersuchungen oder Therapiemassnahmen. Besitzer kennen die ausgewiesene Therapeutin als ehrlichen Menschen und dass das Tier an erster Stelle steht und sie für sein Wohlergehen einstehe. Die Besitzer bekommen meist Hausaufgaben und Nachsorgeplan, damit die Behandlung optimal nachwirken kann. Was Myriam Baldinger auch beliebt macht, ist dass sie nicht unnötige viele Nachbehandlungen macht, jedoch sollten 1 - 2 Check-up's pro Jahr jedem Tierbesitzer Wert sein.

Manuela Müller und Charlotte de Bruyne werden die zielstrebige Gründerin ab frühem Sommer in diesem Bereich unterstützen, um für sie und ihren Vierbeinern und/oder Vierpfoten mit Fachkompetenz zur Seite zu stehen.

Liebe Physiolympics, wir gratulieren euch ganz herzlich zum 20-Jahre-Jubiläum und freuen uns tierisch auf eine weitere gute Zusammenarbeit!

Das Kompetenzzentrum
für Tiergesundheit in Niederuzwil
healthbalance.ch

HEALTH BALANCE

BRENNER Treuhand

Gewerbstrasse 6 · 9242 Oberuzwil
brennertreuhand.ch · +41 71 955 05 65

...damit Sie
steuerlich
fit bleiben!

Herzliche Gratulation zum Jubiläum!

meinungen und erfahrungen – das sagen Klienten

Begeisterte Klienten sind das Fundament für den Erfolg von Physiolympic. Die Trainingsziele und der Spass an der Bewegung werden vom Team kompetent vermittelt. Viele Klienten begleiten Myriam Baldinger und Karin Hagmann schon viele Jahre.

Sypoba und Personal Training

Im Personal Training schätze ich die 1:1-Betreuung sehr. Es hilft mir, an meine Grenzen zu gehen und meinen Körper besser wahrzunehmen und zu verstehen. Die Sypoba-Trainings in der Gruppe sind jedes Mal sehr vielseitig, lustig und sind ein Topausgleich zu meinem Berufsalltag. Personal Training und Sypoba machen einfach unglaublich Spass und tun gut, egal wie fit ich mich jeweils fühle. Mit ihrer positiven und warmherzigen Art schafft es Karin, mich in jedem Training und für die unmöglichsten Übungen zu motivieren.



claudia m.

Sypoba und Physiotherapie

Dank den gesamtheitlichen Behandlungs- und Trainingsmethoden und der motivierenden Unterstützung des Teams von Physiolympic habe ich über die letzten Jahre ein intensives Körperbewusstsein und ein sehr positives Körpergefühl entwickelt. Durch meine frühere ungesunde Körperhaltung, insbesondere beim Sitzen, durch einseitiges Ausdauertraining sowie fehlenden Dehnübungen, hatte ich zunehmend Schmerzen im Rücken, Nacken und an den Unterschenkel. Dank den ursachenorientierten Behandlungsmethoden des Physio-Teams wurde mir bewusst, dass Probleme an der Wurzel und nicht nur an der schmerzenden Stelle behandelt werden müssen. Ich habe realisiert, dass durch gezielte, tägliche Übungen und mit einer freiwilligen monatlichen Physio-Sitzung den Schmerzen dauerhaft vorgebeugt werden kann. Für den Muskelaufbau habe ich mich zudem für SYPOBA entschieden. SYPOBA ist für mich weit mehr als ein vielseitiges Stabilitätstraining. Die Balance auf der Rolle steht für mich sinnbildlich für einen ausgeglichenen Lebensstil. Mit SYPOBA erreiche ich eine hohe Körperspannung und -stabilität. Ich bleibe beweglich, weitgehend schmerzfrei und vor allem gesund.



mathias n.

Personal Training

Das Personal Training ist zu einem fixen Wochentermin geworden, weil das Ausüben von qualitativ guten Bewegungsabläufen für uns mit älter werdenden Körpern immer wichtiger wird. Das massgeschneiderte und aktive Training unter der sorgfältigen Kontrolle von Karin ist Wellness für Körper und Geist.



marianne und hans sch.



physioOlympic.ch

physiolympic gmbh

Bronschhoferstrasse 2a
9500 Wil
Tel. 071 911 97 30
info@physiolympic.ch

www.physiolympic.ch

Öffnungszeiten Physiolympic:

Montag bis Donnerstag:
7.00 bis 20.00 Uhr
Freitag: 7.00 bis 17.00 Uhr
Samstag: 8.00 bis 12.00 Uhr
Sonntag: geschlossen



equinolympic

Bronschhoferstrasse 2a
9500 Wil
Tel. 071 911 97 30
info@equinolympic.ch

www.equinolympic.ch
Termine nach Vereinbarung



Your animal's Alternative

Vetdrop

gratuliert Physiolympic zum 20-jährigen Jubiläum



Herzlichen Glückwunsch zum Jubiläum!

Genauso wichtig wie das Zähneputzen ist die tägliche Muskelaktivierung.

Physiolympic unterstützt uns dabei, fit und schmerzfrei durch den Alltag zu gehen.

praxis des lächelns.

nydegger
zahnärzte

Dr. med. dent. Marianne Nydegger
Sonnenhofstrasse 3 | 9500 Wil
T +41 71 912 31 31
www.nydegger-zahnaerzte.ch

Modernste Technologie für echte Kerle.
Zahnprophylaxe macht schön und stark.