

Kantonsspital  
Baselland  
ganz nah

# Theramed

TRAININGSCENTER  
PHYSIOTHERAPIE LIESTAL



**Physiotherapie**  
Kantonsspital Baselland Liestal

---

## Bewegungsfreiheit

GESUND-  
HEIT IST  
UNSER  
HÖCHSTES  
GUT

Gesund, vital und ausgeglichen. Wer möchte das nicht sein? Ein gesunder Körper schenkt uns die Freiheit, das zu tun, was uns beliebt. In der Bewegung finden wir Energie und Wohlbefinden. Ob nun Prävention, Regeneration oder Gewichtsreduzierung, im Trainingscenter Theramed des Kantonsspitals Baselland Liestal finden Jung und Alt eine ideale Möglichkeit ihren Körper ganz nach den neuesten Erkenntnissen der Medizinischen Trainings-Therapie (MTT) in Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Kraft zu trainieren.

Im Trainingscenter Theramed werden Sie von unserem qualifizierten Physio-Team optimal unterstützt, damit Sie Ihre Ziele erreichen.

---

## Individualität

AUSDAUER  
FÜHRT ZUM  
ERFOLG

Was dem einen wohl tut, ist nicht immer auch für den andern gut. Jeder Mensch ist individuell in seinen Bedürfnissen. Deshalb nehmen wir uns bei Ihrem ersten Besuch besonders viel Zeit für Sie. Bei einem Eintrittstest ermitteln wir Ihren Ist-Zustand und stecken dann mit Ihnen zusammen Ihr Trainingsziel ab. Erst dann erstellen wir Ihren ganz persönlichen Trainingsplan und machen Sie mit den Übungen und Geräten vertraut. Ein Trainingsprotokoll und eine Wiederholung der Ist-Zustands-Ermittlung zeigt Ihnen zuverlässig den Erfolg Ihres Trainings auf.

Im Trainingscenter Theramed betreut Sie ein fachlich versiertes Team das sich nicht nur in Physiotherapie bestens auskennt, sondern auch über eine zusätzliche Ausbildung in Sportmedizin verfügt.

---

## Lebensfreude

IM WOLLEN  
LIEGT DAS  
TUN

Sie möchten die Chance packen und in unserem Trainingscenter aktiv etwas für Ihre Gesundheit tun? Nichts macht uns mehr Freude als Sie bei Ihrem Vorhaben optimal zu unterstützen. Besuchen Sie uns doch nach Voranmeldung zu einer unverbindlichen Besichtigung. Wenn Sie sich dann entschließen, unser Trainingscenter regelmässig zu besuchen, lernen Sie nach gemeinsamer Zielvereinbarung die Übungen und Geräte kennen. Sie erhalten von uns ein auf Sie abgestimmtes Trainingsprogramm. Nach diesem trainieren Sie selbstständig und haben durch die Anwesenheit des Physio-Teams die Gewissheit, richtig zu trainieren. Ausserdem bieten wir betreute Zeiten an in denen Sie auf Wunsch zusätzliche Unterstützung erhalten.

Sie erhalten Abonnemente für die Zeit von drei, sechs oder zwölf Monaten. Gerne empfehlen wir Ihnen, jeweils bei der Erneuerung ihres Abonnements eine Programmanpassung zu machen.



---

## Unser Angebot

- Koordinationsgeräte
- Ausdauergeräte
- Kraftstationen für:
  - Bauch- und Rückenmuskulatur
  - Schulter- und Armmuskulatur
  - Hüft-, Bein- und Gesässmuskulatur
- Individuelle Befundaufnahme
- Individuelle Trainingsplanung/-anpassung
- Anwesenheit von Therapiepersonal

---

## Öffnungszeiten

Montag – Freitag    7.30 – 20.00 Uhr  
Samstag                11.00 – 13.00 Uhr

---

## Kosten

3 Monate    Fr. 270.–  
6 Monate    Fr. 430.–  
12 Monate   Fr. 650.–

Informationen  
und Anmeldung:

### **Kantonsspital Baselland**

Trainingscenter Theramed  
Rheinstrasse 26  
CH-4410 Liestal  
T +41 (0)61 925 26 60  
physiotherapie.liestal@ksbl.ch

[www.ksbl.ch](http://www.ksbl.ch)