

## Nora Harperscheidt



- ◆ staatlich geprüfte Physiotherapeutin
- ◆ zertifizierte Therapeutin der "Dreidimensionalen Skoliogetherapie nach Katharina Schroth"

Mein Name ist Nora Harperscheidt, ich bin **Physiotherapeutin**, zertifizierte **Schroth-Therapeutin**, **Dozentin** und Therapeutin für Funktionelle Osteopathie und Integration (**FOI**).

Meine Ausbildung zur zertifizierten Schroth- Therapeutin habe ich 2014 in Bad Sobernheim absolviert. Seitdem arbeite ich mit sehr vielen Skoliosepatienten zusammen und das Thema Skoliose hat sich zu meinem Schwerpunkt in der Physiotherapiepraxis entwickelt. Mir ist es wichtig Skoliosen sehr vielfältig und vor allem ganzheitlich zu behandeln: Spezielles Training, unterstützt von verschiedenen Massage-techniken in Kombination mit Kinesio- Taping. Des Weiteren ist es mir sehr wichtig, immer „up- to- Date“ zu sein, so hospitiere ich regelmäßig in der Asklepios Katharina Schroth Klinik in Bad Sobernheim und anderen spezialisierten Einrichtungen, Ärzten, Korsettbauern und Therapeuten.

Neben der Arbeit mit dem Patienten bin ich Dozentin. Ich unterrichte bereits examinierte Physiotherapeuten, aber auch Auszubildende die mitten in der Ausbildung zum Physiotherapeuten sind im Fach „Skoliose in der Physiotherapie“. Dies ist sehr spannend und eine angenehme Abwechslung zum klassischen Praxisalltag.

## Übersicht Leistungen & Angebote

### Das Krankheitsbild „Skoliose“

- Beratung
- Dreidimensionale Skoliogetherapie nach Katharina Schroth/ Lehnert- Schroth
- Gerätetraining im Fitnessstudio
- Skolio- Yoga
- Das neue Dialogische Skoliosekonzept (DSK)
- Kursangebote
- Übungstage

### Weiteres

- klassische Wellnessmassage
- FOI- Massage
- Mulligan- Massage: Mobilisation with Movement
- Fußreflexzonenmassage
- Dorn- Massage
- Reiki- Massage
- Andullations- Massage
- Pilates
- Spiraldynamik, z.B. bei Fuß- und Beinachsenfehlstellungen
- Kinesio Taping
- Mein Pferd & ich - auch gesundheitlich ein Team

# Skoliose Training

## Dormagen



### Skoliose: Die dreidimensionale Verbiegung der Wirbelsäule.

Ich habe ein umfassendes Konzept entwickelt um Menschen mit einer Skoliose bestmöglich zu betreuen.

Ein Konzept, welches Sie in Ihrem Umgang mit dem Krankheitsbild Skoliose unterstützt, aufklärt, anleitet, motiviert und unterstützt.

Ich verfüge über ein großes „auf Skoliose spezialisiertes“ Netzwerk und stehe im permanenten Austausch mit Ärzten, Korsettbauern und anderen Therapeuten.

Ich freue mich Sie kennen zu lernen und Ihnen einen individuellen „Fahrplan“ zu erstellen.

### **Nora Harperscheidt**

Kiefernstraße 20, 41542 Dormagen- Nievenheim

Tel.: 02133-2854490

Mobil: 0178-2798500

[www.skoliose-dormagen.de](http://www.skoliose-dormagen.de)

Facebook: Skoliose Training Dormagen

Twitter: SkolioTrain

Instagram: Skoliosetraining

# Trainings– Methoden

## Dreidimensionale Skoliotherapie nach Katharina Schroth/ Christa Lehnert- Schroth

Katharina Schroth war selber an einer Skoliose erkrankt und versuchte sich selber zu behandeln. Sie versuchte, "das Gegenbild von dem zu schaffen, was ihr Körper ihr zeigt". Dadurch entwickelte sich, später mithilfe ihrer Tochter Christa Lehnert- Schroth, das heute sehr bekannte Konzept in der Physiotherapie "Dreidimensionale Skoliotherapie nach Katharina Schroth" bzw. "Schroth- Therapie".

Ziele dieser speziellen Methode sind: Die Korrektur der skoliotischen Fehlhaltung, Aufrichtung und Entdrehung der Wirbelsäule, Aufhalten der Krümmungszunahme, Verbesserung der Atmung und der Lungenfunktion (Vitalkapazität), Vorbeugen und Lindern von Schmerzen, Haltungsschulung, Verbesserung der Koordination, Kräftigung und Stabilisation der Wirbelsäule, kosmetische Korrektur der Körpersilhouette. Aber auch die Aufklärung und Motivation im Umgang mit der Skoliose, die Verbesserung der psychischen Einstellung seiner Krankheit gegenüber und dem Erlernen von Übungen für zu Hause.

## Skolio- Yoga

Skolio-Yoga erweitert die klassische Skoliose-Therapie, es bringt neue Aspekte aus dem Hatha- Yoga hinzu und bietet eine willkommene Abwechslung in der Betreuung von Langzeitpatienten. Es sind keine Yoga- Kenntnisse erforderlich.

## Gerätetraining im Fitnessstudio

Ich begleite Sie ins Fitnessstudio, dort überprüfen ich die Durchführung Ihrer Übungen v.a. im Hinblick auf die Skoliose. Gemeinsam kombinieren wir Fitnessstudio & Schroth- Therapie.

# Trainings– Formen

## Beratung

Für Patienten & Angehörige mit neuer Diagnose "Skoliose": Besprechung des Krankheitsbildes, Befundung des Rücken und des ganzen Körpers, Aufklärung über mögliche Therapiemethoden, ggf. Anschauen von Röntgenbildern/ Arztberichten und des Korsetts, Erstellen eines individuellen Trainingsplans und einem Bericht z.B. für den Arzt oder die Krankenkasse, Übergabe eines persönlichen Trainingsheftes, Vermessen der Rotation und wenn gewünscht: Fotodokumentation, sowie Klärung sämtlicher Fragen. Dauer: ca. 60 Minuten, Kosten: 40,-€

## Personal- Training:

Individuelles Training mit Anleitung, Korrektur und Hilfestellung.

*Das Training kann auch zu Zweit wahrgenommen werden. Ggf. ist ein Beratungsgespräch zu Beginn sinnvoll.*

Dauer: 1 Stunde

Buchbar als Einzelstunde (55,-€), 5er Karte (250,-€), 10er Karte (450,-€), Jahreskarte (2x/Woche 80,-€ mtl. oder 4x/Woche 155,-€ mtl.)

## Samstags- Übungstage

An bestimmten Samstagen können Sie zum selbstständigen Trainieren kommen. Es stehen Ihnen alle Materialien zur Verfügung. Zeitgleich trainieren immer zwei Patienten, wodurch es zusätzlich zu einem tollen Austausch und Kennenlernen von Gleichgesinnten kommt.

Version 1: Selbstständiges Training. Alle Materialien stehen zur Verfügung. Ich bin in Rufnähe für Rückfragen.

Kosten/Stunde: 10,-€, 10er Karte 90,-€

Version 2: Ich bin die ganze Stunde mit im Trainingsraum, gebe Anleitung, Korrekturen und Hilfestellung.

## Ferien- Intensiv- Woche (Mo- Fr)

1 Woche in den Schulferien oder nach Absprache.

Alleine: täglich 60 Min Training unter Anleitung.

zu Zweit: täglich 2 Stunden Training unter Anleitung.

Kosten: 85,-€ p.P.

# Kursangebote

## Kursangebot: "Skoliose Intensivkurs - Wirbelsäule streck dich!"

festes Kursangebot: 10 Stunden, 1x/ Woche, 1 Stunde  
*Auch als Einzeltraining buchbar, Teilnehmerzahl max. 6 Personen.*

*Von der Krankenkasse IKK finanziell bezuschusst.*

Inhalte: Infovortrag, Erlernen erster Übungen & Heimübungen, Aufrichtung/ achsiale Länge, Verbesserung der Rotation, Atemschulung, Koordination aller Übungselemente, Transfer der Übungen in den Alltag, Arbeiten mit instabilen Unterlagen, Übungsvariationen, Festigen der Heimübungen.

## Kurs: Schroth– Training

festes Kursangebot: 10 Stunden, 1x/ Woche, 1 Stunde  
*Auch als Einzeltraining buchbar, Teilnehmerzahl max. 6 Personen.*

Kosten: auf Anfrage– von Teilnehmerzahl abhängig.

## Kurs: Skolio– Yoga

festes Kursangebot: 10 Stunden, 1x/ Woche, 1 Stunde  
*Auch als Einzeltraining buchbar, Teilnehmerzahl max. 6 Personen.*

Kosten: auf Anfrage– von Teilnehmerzahl abhängig.

# Infovorträge

Themen & Termine siehe Homepage