

PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE

Mario zur Nedden | Uwe Otto

Herrengraben 1 | 20459 Hamburg

www.prohysis-fleetinsel.de

fon: +49 (0) 40 - 55 92 92 20

E-Mail: Info@prohysis-fleetinsel.de

Der Fußspezialist

KRIWAT



Fa. Kriwat GmbH
Königsweg 43/45
24114 Kiel

Kriwat GmbH
Siemersplatz 4
22529 Hamburg

fon: 0800 - 6 61 12 66 (Zentrale Kiel)

E-Mail: info@kriwat.de
www.kriwat.de

80% aller Radsportler leiden unter Schmerzen und vergeuden bis zu 15% ihrer Leistungsfähigkeit aufgrund einer unausgewogenen Biodynamic.



Neu

Die Lösung.

www.bike-energie.de

**BIKE
ENERGY
SYSTEM**

Das **BIKE ENERGY SYSTEM** – von **PROPHYSIS** und **KRIWAT**. Perfekte Leistungsausbeute und Schmerzlinderung. Die neue Erfahrung für Radsportler.

Viele Radsportler quälen sich mit alltäglichen Problemen; z.B. brennende Füße, schmerzende Knie oder auch eingeschlafene Hände. Dies mindert nicht nur die Freude am Sport, sondern auch die Leistungsfähigkeit. Abhilfe zu schaffen ist jedoch ganz einfach!

Wer aktiv Radsport betreibt, dem ist intuitiv bewusst, dass nur eine perfekte Zusammenarbeit von Mensch und Bike zu optimaler Leistung führt.

Fakt:
80 % der Radsportler leiden unter Schmerzen und vergeuden **bis zu 15%** ihrer Leistung aufgrund einer unausgewogenen Biodynamik.

Entscheidend sind die Kontaktpunkte zwischen Mensch und Bike. Beim Radsport sind dies die Hände, Füße und das Becken mit dem verbindenden Element der Wirbelsäule. Nur wenn alle körperlichen Einheiten optimal mit der technischen Einheit durch das **BIKE ENERGY SYSTEM** zusammenarbeiten, ergibt sich die angestrebte Synergie.

Ergebnis:
Maximale und schmerzfreie Leistung.

Erfahrungen aus dem Laufsport haben gezeigt, dass es mehrere Möglichkeiten gibt, um Schmerzen zu lindern und/oder die Leistung zu steigern. Dies kann einerseits stattfinden durch das passive Stützen des Fußes, aber viel mehr durch eine aktive Korrektur des Funktionssystems Fuß-Bein-Becken-Wirbelsäule. Aus dieser Erkenntnis haben wir für den Radsport ein neues System entwickelt, das **BIKE ENERGY SYSTEM**.

Vorteile:

- Harmonisches Zusammenspiel von Mensch und Bike
- Vorbeugung von Schmerzen
- Linderung von Schmerzen
- Messbare Leistungssteigerung
- Mehr Spaß an der Leistung und am Sport



entwickelt von



Der Weg ist das Ziel – die Arbeit von **PROPHYSIS**.

Alle Systeme unseres Körpers müssen gut miteinander harmonisieren, damit wir unseren Alltagsbelastungen standhalten. Voraussetzung ist ein stabiles Gleichgewicht der verschiedenen Körperabschnitte.

Dieses stabile Gleichgewicht herzustellen und zu erhalten steht im Mittelpunkt der Arbeit von **PROPHYSIS**.

Unser Ziel ist die stabile Mobilität – Ihre Aktivität.

Auch wenn alle Körpersysteme harmonisch miteinander arbeiten, können Schmerzen bei der Ausübung einer Sportart entstehen. Wichtig ist daher das aktive Zusammenarbeiten von allen Systemen, auch dem externem System – in diesem Fall dem Bike.

Unser Ziel ist die stabile Mobilität – Ihr Weg zur gesunden Aktivität mit dem Bike.



Uwe Otto

- Jahrgang 64, geboren in Berlin
- 1994 Ausbildung zum Physiotherapeuten
- 2007 Gründer der Praxis Prophysis-Fleetinsel - Hamburg
- Aktiver Radsportler seit 1975
- Nach dem Abitur Ausbildung zum Masseur
- Teammasseur beim Radsportverein HRV Harvestehude
- Sportphysiotherapeut des DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund)
- Langjähriger Betreuer des Stevens Racing Team
- Physiotherapeut der Jugend Handballmannschaften des DHB
- Referent für Leukotape und Leukotape K (Meditape)



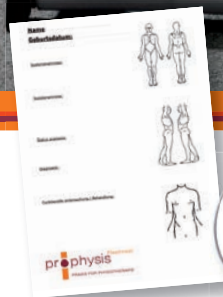
Arbeiten die Achsen des Menschen zusammen oder gibt es Störungen?
Eine professionelle Betrachtung ist erforderlich.



In unserer Praxis erfolgt zuerst die **Statusaufnahme**, d.h. wir analysieren den Fußstand mit anschließender Gang- und Laufanalyse. Dieser Pre-Test gibt Auskunft über eventuelle biodynamische Besonderheiten, die sich im Alltag oder durch andere Sportarten bereits manifestiert haben.

Erst im Anschluss folgt die Analyse auf ihrem Bike. Die Sitzhaltung sowie der Bewegungsablauf werden **aus 3 unterschiedlichen Perspektiven** aufgezeichnet und mittels spezieller Software ausgewertet. Es entsteht ein umfassendes und **genaues Bild von Ihnen und ihrem Bike.**

Der Abschluss unserer Arbeit ist die **individuelle Optimierung** der körperlichen und der technischen Einheiten durch das **BIKE ENERGY SYSTEM.**



Das **Ergebnis:**

- Dokumentation der Auffälligkeiten in Schrift und Bild
- Planung zur Regulation der Auffälligkeiten

Wer die Füße perfekt versteht,
kann dem Radsportler die volle
Dynamik und Bewegung ermöglichen.

Seit Beginn der Firmengeschichte beschäftigen wir uns mit dem Sport und der Bewegungsanalyse. Um Sportler und Leistungssportler in ihren teilweise extremen Belastungen und Umfängen zu unterstützen, entwickeln wir hochindividuelle Produkte.

Seit Jahren versorgen wir die Spitzensportler der Mannschaften des THW Kiel, des KSV Holstein, bis 2006 den HSV Hamburg und viele Leistungssportler wie z.B. den Olympiateilnehmer im 3000 m Hindernislauf Steffen Uliczka. Die Entwicklung von Einlagen und deren Einsatz im Radsport betreiben wir seit Jahren. Durch eigene Testreihen mit Triathleten haben wir uns die Wirksamkeit bestätigen lassen.

Aus diesen Erfahrungen ist jetzt die neue ultradünne **Bike-Energy** entwickelt worden. Sie weist nicht nur **orth. statische Eigenschaften** auf, sondern sie ist auch mit **propriozeptiven Elementen** versehen um direkten Einfluss auf das Funktionssystem Fuß-Bein-Becken-Wirbelsäule zu nehmen.

Auf Basis dieser Möglichkeiten können wir in der Einlage die **Informationen einarbeiten**, die der Physiotherapeut beeinflusst haben möchte.



Holger Kriwat

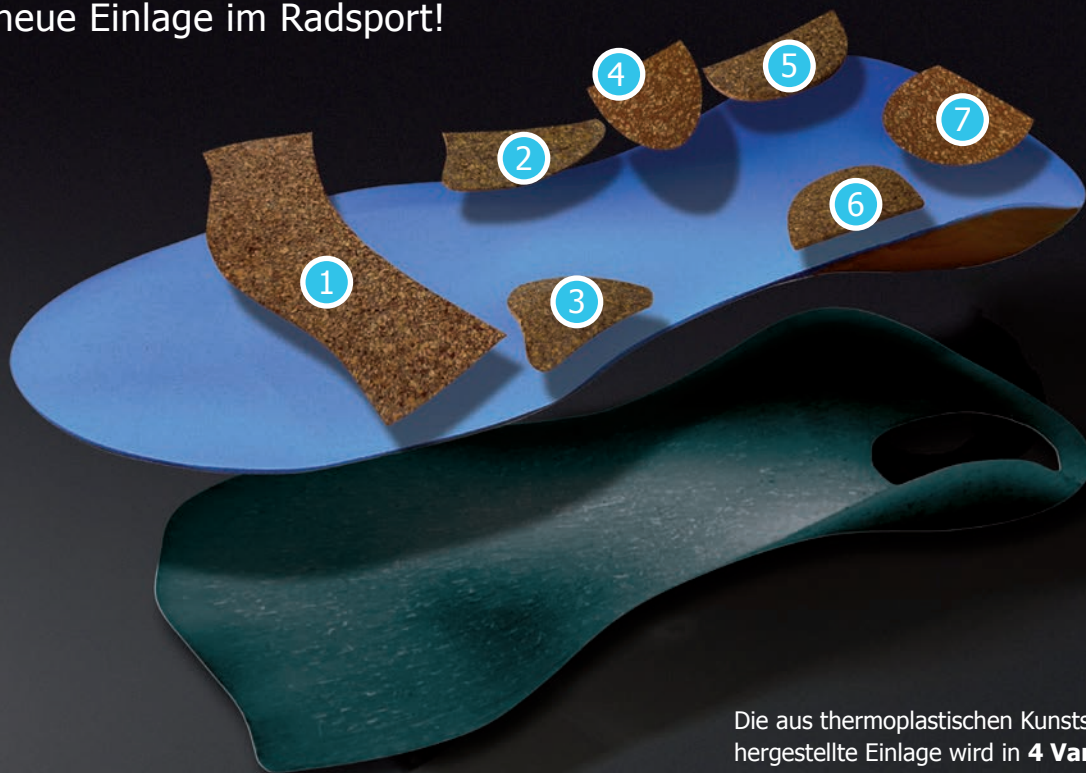
- Jahrgang 68, geboren in Kiel
- 1994 Geschäftsführer der Kriwat GmbH
- 1999 Meister für Orthopädie Schuhechnik (ausgezeichnet mit dem Berkemann-Preis 2000; Lehrgangsbester)
- 2004 staatlich geprüfter Podologe
- 2008 4-D Rückenscanner Analyse
- 2009 Ausbildung Podoätiologie nach Lydia Aich - Sensorische Einlagen



Michael Kriwat

- Jahrgang 61, geboren in Preetz
- 1986 Meister für Orthopädie Schuhechnik
- 1987 Gründer der Firma Kriwat-Kiel
- 1991 Geschäftsführer der Kriwat GmbH mit Standorten in Kiel und Hamburg
- 2004 staatlich geprüfter Podologe
- Referent Akademie für Physiotherapie Damp (Laufanalysen)
- Vorträge und Referate auf Tagungen und Kongressen

KRIWAT BIKE-Energy – Perfektes Material für die neue Einlage im Radsport!



Propriorezeptive Elemente

- 1 Retro Bar (Hypertone Haltung)
- 2 Lateral Retro Bar (Kniebeschwerden)
- 3 Medial Retro Bar (Kniebeschwerden)
- 4 Peroneus Bar (Fußfehlstellung)
- 5 Lateral Calcaneus Bar (Hüftinstabilität)
- 6 Medial Calcaneus Bar (Hüftinstabilität)
- 7 Planatris Bar (Kopf- und Rumpfinstabilität)

Die aus thermoplastischen Kunststoffen und **Kohlefaser** hergestellte Einlage wird in **4 Varianten** angeboten; als Hohl, Knick, Senkfuß- oder als **Individualvariante** über den eigenen Fußabdruck. Durch die **ultradünne** Bauweise ist es möglich, die Einlage **ohne Platzverlust** im Radschuh zu platzieren.

Die bei der Analyse durch Uwe Otto festgestellten **Dysbalancen** werden mit der Einarbeitung der propriorezeptiven Elemente in die Einlage **behoben**, so dass die angestrebte Synergie der Bewegungsachsen entsteht.

made by

