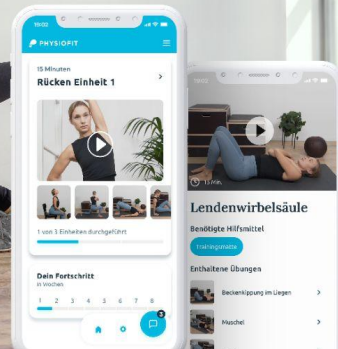




# Deine Heimübungen mit der kassenzertifizierten Physiofit App

Um den optimalen Behandlungserfolg sicherzustellen, ist es wichtig, auch zu Hause aktiv Übungen durchzuführen. Um dich dabei zu unterstützen, bieten wir dir die kostenlose Physiofit App an.

## Individuelle Übungspläne

Dein Therapeut / deine Therapeutin stellt dir ein persönliches Übungsprogramm für 8 Wochen zusammen – genau abgestimmt auf deine Bedürfnisse.

## Komplett kostenlos

Die App ist für dich kostenfrei. Die Übungsprogramme sind als Präventionskurs nach §20 SGB V anerkannt und werden von allen Krankenkassen übernommen.

## Datenschutz garantiert

Deine Daten sind DSGVO-konform geschützt.

## Klare Videoanleitungen

Alle Übungen werden dir in Form von einem Video einfach und verständlich erklärt – für eine sichere und effektive Ausführung.

## Minimaler Zeitaufwand

Schon 15 Minuten pro Woche genügen, um deine Genesung gezielt zu fördern.

## Keine Verpflichtung

Du gehst keine vertraglichen Bindungen ein.

## So einfach geht's los:

1. Trage deine Kontaktdaten unten ein.
2. Dein Therapeut / deine Therapeutin sendet dir per SMS den Zugangslink zur App.
3. Lade die App herunter und starte direkt mit deinem Übungsplan!

Vorname

Nachname

Telefon (für Einladungs SMS)

☐

Ja, ich möchte die Übungen für zu Hause erhalten.