

Pressemeldung

Alpentherme Gastein Gesundheitszentrum // honorarfreier Abdruck // 2.333 zol

ÖSV-Stars arbeiten am Comeback

Als offizieller Rehasstützpunkt in Bad Hofgastein ist das Alpentherme Gastein Gesundheitszentrum momentan die Homebase von Slalom-Ass Katharina Gallhuber und Speed-Spezialist Christian Walder.

„Alles was wir für die Reha brauchen, haben wir hier. Ein unschlagbares Rundum-Paket von Therapie, Training und Unterkunft - alles unterirdisch verbunden. Ideal natürlich, wenn du Athleten mit Krücken hast und so viel Schnee liegt wie gerade“, schwärmt ÖSV-Reha-Stützpunktleiter Andreas Hochwimmer von den Therapie- und Trainingsmöglichkeiten in Gastein. 19 ÖSV-Athleten hat er hier bereits aufs Comeback vorbereitet. Aktuell sind mit Katharina Gallhuber und Christian Walder wieder zwei Spitzensportler beim Aufbautraining, das von verschiedenen Therapieanwendungen begleitet wird.

Voller Therapieplan kombiniert mit Trainingseinheiten

Was auf dem Plan steht? Viel: Physiotherapien, Lymphdrainagen, Moorpackungen, Unterwassertherapien, Massagen und natürlich die neue Kältekammer mit ihren -110 Grad. Die ist im Spitzensport ein „Muss“ wenn es um die Regeneration geht. Aber auch die angeschlossene Alpentherme bietet jede Menge Möglichkeiten, um die Batterien nach einem Trainingstag wieder aufzuladen.

Die ÖSV-Sportler, die fühlen sich sehr wohl in Gastein: Ich durfte gestern erstmals wieder Bretteln anschnallen“, lacht Katharina Gallhuber. Zwar „nur“ die Langlaufski, aber trotzdem. Nach ihrem Kreuzbandriss sieht die 25-Jährige heute, an ihrem 41. Rehatag in Gastein, schon sehr gute Fortschritte: „Der Fokus liegt am Aufbau von Kraft, Mobilität, Sprungkraft und Schnelligkeit. Bis ich wirklich wieder Skifahren darf, dauert’s noch. Ich hoffe, dass ich mich Ende Juni wieder 100%ig fit fühlen kann für den Schnee“, so Gallhuber. Bevor’s aber so weit ist, gibt’s unter den wachsamen Augen von Chef-Physiotherapeut Ivo Eftimov noch allerhand aufzubauen.

Auch der Therapieplan von Christian Walder ist prall gefüllt: Die Bandscheiben-OP im Dezember ist gut verlaufen, jetzt steht Aufbautraining am Plan, bei dem er im Fitness-Center schon richtig ins Schwitzen kommt. Danach wird in der Kältekammer gebibbert.

Top-modern, so präsentiert sich das Alpentherme Gastein Gesundheitszentrum allemal. Nicht zuletzt dank einer Modernisierung im Dezember, bei der 820.000 Euro investiert wurden. „Neu sind Rezeptions- und Wartebereiche sowie Geräte wie Massage-Liegen, so genannte Hydrojets, ein Anti-Gravitations-Laufband, das enorme Erfolge in der Rehabilitation verzeichnet und eben die Kältekammer als perfektes Setting nicht nur für

unsere Kurpatienten, sondern auch für alle Hobby- und Spitzensportler“, so Geschäftsführer Klaus Lemmerer abschließend.

Kontakt:

Alpentherme Gastein Gesundheitszentrum, Sen. W. Wilflingplatz 1, 5630 Bad Hofgastein,
Tel: +43 (0) 6432 / 8293 0, E-Mail: info@alpentherme.com, www.alpentherme.com