



Betreuungsdienstleistungen

Mit der Mitgliedschaft im Therapie - Zentrum Spital Zollikerberg wird das Anrecht auf folgende Betreuungsdienstleistungen des Zentrums erworben. Diese sind im Abonnements- resp. Mitgliedschaftspreis inbegriffen.

- Eine Abklärung und Identifizierung der individuellen Trainingsmotive und Trainingsziele
- Eine gesundheitliche Risikoabklärung mittels eines Gesundheitsfragebogens
- Eine Einführung mit individueller Trainingsgestaltung
- Eine Trainingsprotokollkarte (Protokollierungsmöglichkeit) zum Protokollieren der angebotenen Trainingsleistungen
- Bei einem Jahres- oder Halbjahres-Abonnement ein unentgeltliches, individuell betreutes Kontroll-Training mit allfälliger Trainingsanpassung
- Beaufsichtigung resp. Supervision während des Trainings
- Es steht die Möglichkeit eines begleiteten Trainings zur Verfügung. Aus organisatorischen Gründen ist für eine Teilnahme eine Anmeldung erforderlich.
Die begleitete MTT (**M**edizinische **T**rainings-**T**herapie) findet zu folgenden Zeiten statt: *Montag bis Freitag 10⁰⁰ - 11⁰⁰h und 14⁰⁰ - 15⁰⁰h*