

Best Practice Medical Training: Physiotherapie Gläser Trillitzsch

# Es ist Zeit zu hanteln!

Wer, neben mir, dem Physio- und FitnessKotsch® (gesprochen wie der englische Trainer), freut sich noch über so gelungene Wortspiele?! Nicole Gläser-List, meine Mandantin und Chefin der Physiopraxis in Leipzig-Böhmitz, freut sich jedenfalls ganz diebisch aus zwei Gründen: Zum einen wollte Sie von Anfang an in ihrer Praxis deutlich machen, dass es um die eigene Aktivität, den eigenen Antrieb und die Motivation der Patienten geht. Und zum anderen sagt Sie, dass es gerade in Pandemiezeiten und danach in ihrer Physiopraxis mit Gerätetraining den Trend gibt, dass sich Patienten und Klienten immer stärker für ihr eigenes Leben, ihre eigene Gesundheit, ihr eigenes Immunsystem etc. interessieren und auch eigenes Geld in die Hand nehmen dafür.



Wie entwickelt sich eigentlich so eine Physiopraxis zu einem Best Practice? Das geht ungefähr so: 2010 treffen sich zufällig zwei Therapeutinnen, die schon angesprochene Nicole Gläser-List und Melanie Trillitzsch-Wittwer. Es entwickelt sich erst eine Physiotherapie, dann ein Kurszentrum und dann eine MTT und ein tolles Team, dass in einem Stadtteil Leipzigs zu einem Leuchtturm der therapeutischen Betreuung wird.

## Aufgabenteilung und Weiterentwicklung

Melanie entwickelt eher die Physiotherapie, Nicole kümmert sich um

den ‚Sport‘ bzw. die ‚Bewegung‘: erst um Präventionskurse, dann um Rehasport und vor einigen Jahren kommt die Idee einer Trainingstherapie dazu – und damit auch ich! Glücklicherweise erfahre ich über einen wunderbaren Netzwerkpartner von der Idee der beiden Frauen, die sich auf der therapie LEIPZIG auch schon auf dem Gerätemarkt umgeschaut haben, und kann das Projekt noch vor der Umbauphase begutachten und mitentwickeln.

Es sind Räumlichkeiten frei geworden im gleichen Haus, und so werden aus 400 m<sup>2</sup> Physiopraxis knapp 600 m<sup>2</sup>

Therapiezentrum mit Allem, was das Herz begehrt. Mittlerweile gibt es einen tollen Imagefilm über die Praxis, der auch zeigt, wie sich Team und Angebot im Laufe der Jahre gewandelt haben.

Aktuell arbeiten sieben Therapeuten und eine Rezeptionistin am gesundheitlichen Erfolg der Patienten und sorgen so auch für eine innovative und stabile Grundlage des Praxiserfolgs. Leider – und das erlebe ich bei vielen meiner Mandanten, schlägt auch immer mal die ‚Defekthexe‘ zu und es verlässt ein langjähriger Mitarbeiter, fast könnte man sagen ein

langjähriges Familienmitglied, das Team und schon bekommt man auch als stressgewohnte Chefin mal Kopf-, Herz- und eben auch Halsweh – gute Besserung an dieser Stelle, liebe Nicole, das wird!

### Die neue MTT-Fläche als Segen

So, wie so vieles optimistisch betrachtet werden muss, wenn sich eigener Nachwuchs einstellt, der Um- und Ausbau in der Corona-Zeit stattfindet und vieles mehr, da ist es an der Zeit, Urvertrauen mit Engagement und Ausdauer zu paaren und schon wird es (wieder) gut. Nicole berichtet mir, „dass es ein Segen war und ist, die neue MTT-Fläche gerade jetzt zu installieren und zu promoten, gerade jetzt benötigen die noch mehr stressgeplagten und die noch weniger bewegten Zeitgenossen Möglichkeiten und Anleitung zum Gesundheitstraining. Und dass sich die Trainingstherapiefläche so gut mit der Physiotherapie und den Präventions- und Rehasportkursen ergänzt, das zeigen die deutlich gestiegenen Besucherzahlen nach der Coronapandemie.“

Dass das kein Zufall ist, schon gar nicht bei sechs weiteren Physiopraxen im Stadtteil Leipzig-Böhlitz und der angespannten Personalsituation (wie bei fast 80% der Praxen), das kann ich seit Monaten auch am Social Media-Engagement der Chefin erkennen. Es vergeht kaum ein Tag ohne Post und Statusberichten auf WhatsApp & Co.

### Känguru-Salsa

Aus einem bin ich nie ganz schlau geworden: ‚Känguru-Salsa‘ hatte ich noch bis dato nicht gekannt. Aber der Imagefilm und Nicoles Erklärungen leuchten mir total ein. Schwangere und junge Mütter mit Baby vor der

Brust tanzen sich via Salsa fröhlich wieder ins und durch das Leben, einfach herrlich anzusehen und scheinbar auch ganz wunderbar für alle Beteiligten – Nicole ist die erst zweite Instruktorin dafür in ganz Deutschland.

### Breite Zielgruppe für Gesundheitssport

Und so hat sich parallel zur eigenen Persönlichkeitsentwicklung und Familienplanung auch die Praxis entwickelt. Waren es vor zehn Jahren die Best Ager, kommen jetzt ganze Familien in den Genuss von Therapie, Rehabilitation, Prävention und Gesundheitstraining. Das fängt bei den ganz Kleinen an und zieht sich über die jungen Mütter und Väter bis in die Großelterngeneration.

Dass Melanie und Nicole ihr Hobby zum Beruf und zur Berufung gemacht haben, ist prima und wichtig, denn viel Zeit für andere Dinge bleibt neben der ‚bewegten und engagierten Praxisentwicklung‘ auch nicht.

### Von Vorbildern zu Vormachern werden

Früher waren Theater, Museen und auch das Gewandhaus lukrative Orte der Erholung und Abwechslung, jetzt sind es die eigenen Kinder, die eigene Familie und die glücklichen Patienten und Teammitglieder, die



tagtäglich im Vordergrund stehen. „Und am besten bewegt man sich selbst sehr viel in den Kursen und an den Geräten, dann klappt es auch mit der eigenen Gesundheit...“ führt Nicole noch aus und ich darf ergänzen: Wir sollten von Vorbildern zu Vormachern werden, denn davon lernen nicht nur unsere Kinder das Meiste. Tut man das auch noch mit Begeisterung, kann man auch andere davon begeistern.

Und so soll es bleiben, liebe Nicole, liebe Melanie und liebes PhysioTeam in Leipzig-Böhlitz. Dafür bleibe ich gern an eurer Seite.

Euer PhysioKotsch Thomas

### Steckbrief

#### Physiotherapie Böhlitz-Gläser & Trillitzsch GbR

**Inhaberinnen:** Melanie Trillitzsch-Wittwer, Nicole Gläser-List  
[www.physiotherapie-boehlitz.de](http://www.physiotherapie-boehlitz.de)

#### Positionierung

Die ganze Familie in guten Händen! Mit einem Höchstmaß an Engagement, Freundlichkeit und Herz!

#### Kennzeichen und Merkmale

Umfassende Leistungen in Prävention, Therapie, Rehabilitation und Fitness  
Präventionskurse und Rehasport mit dem Highlight ‚Känguru-Salsa‘

#### Personal Therapie:

Studio mit Ausstattung von Stolzenberg, YOLii und miha bodytech

#### Finanzierungspartner:

abcfinance (Thomas Pauli)

#### Autor

Thomas Kotsch berät als „Der PhysioKotsch“ Praxisinhaber und Therapeuten bei Erweiterungen der Physiopraxis um Trainingsgeräte deutschlandweit. Seit vielen Jahren ist er als Gutachter/Sachverständiger sowie Konzept- und Strategieberater im Gesundheitswesen (Klinik, Reha, Studios) tätig. Er ist Key Account Deutschland bei der Stolzenberg GmbH und Inhaber der aconcept GmbH Unternehmensberatung Potsdam.

