

## Wann wird MTT angewendet?

- bei Rücken- und Gelenkbeschwerden
- bei Verstauchungen sowie Zerrungen
- nach Operationen und Unfällen
- bei Arthrose
- bei Kraftverlust
- nach Sportverletzungen
- bei Überlastungsproblematiken
- bei Haltungsschwäche



# HALLE<sup>41</sup>

BUILT ON SPORTS

### Terminvergabe

Schnell und einfach deinen Termin im  
Onlinekalender buchen unter:  
[www.sport-physiotherapie-halle41.ch](http://www.sport-physiotherapie-halle41.ch)

### oder via

- E-Mail: [physio@halle41.ch](mailto:physio@halle41.ch)
- Telefon Kloten: +41 44 803 91 19
- Telefon Zürich: +41 44 814 23 20

Wir freuen uns auf dich!

**Halle 41 Sport Physiotherapie Kloten**  
Steinackerstrasse 41  
8302 Kloten  
Tel.: +41 44 803 91 19

**Halle 41 Sport Physiotherapie Zürich**  
Heinrichstrasse 251  
8005 Zürich  
Tel.: +41 44 814 23 20

[physio@halle41.ch](mailto:physio@halle41.ch)  
[sport-physiotherapie-halle41.ch](http://sport-physiotherapie-halle41.ch)



### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 06:30 Uhr - 21:30 Uhr  
Samstag und Sonntag: 08:30 Uhr - 17:30 Uhr  
Feiertage: wie an Sonntagen geöffnet

### MTT

### Medizinische Trainingstherapie

**Dein effektives Aufbauprogramm  
für den Weg zurück in den Alltag  
und Sport.**



## Was ist die Medizinische Trainingstherapie?

Mit der medizinischen Trainingstherapie (MTT) wird eine nachhaltige und effiziente Rehabilitation erreicht.

MTT ist ein therapeutisch begleitetes Aufbautraining der Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer. Durch das Training verbessern sich deine Muskel- und Gelenkfunktionen, dein Allgemein- sowie Gesundheitszustand wird gestärkt und deine Lebensqualität verbessert sich nachhaltig.



## Die Therapie

### Ablauf

Das Training findet unter Aufsicht statt, wird aber selbstständig durchgeführt. In der Physiotherapie respektive im Fitnesscenter ist eine Fachperson vor Ort, die bei allfälligen Fragen zur Verfügung steht.

Bei einem Ersttermin wird ein individueller Trainingsplan für dich erstellt. Danach gibt es ein bis zwei Kontrolltermine innerhalb der folgenden drei bis vier Monate im MTT. Bei den Kontrollterminen werden Fragen beantwortet, die Qualität der Übungen kontrolliert sowie die Intensität und der Trainingsplan angepasst.



### Dauer

Die normale Dauer der MTT beträgt drei Monate. Bei uns bekommst du mehr. Die Halle 41 will ihren Patient:innen die bestmögliche Therapie bieten und erlaubt die unbegrenzte Nutzung der Halle 41 Infrastruktur der Standorte Zürich und Kloten Steinackerstrasse während vier statt drei Monaten.

Dabei verpflichtest du dich, mindestens zwei bis drei Mal pro Woche während den Physiotherapieöffnungszeiten zu trainieren.

## Kosten

Auf ärztliche Verordnung hin werden die Kosten im Normalfall von der Grundversicherung der Krankenkasse sowie der Unfallversicherung übernommen. Vor Beginn der MTT wird durch die Halle 41 ein Kostengutsprachegesuch bei der Versicherung eingeholt. Bei einem negativen Entscheid kann die MTT auch privat bezahlt werden.

Nach Beendigung der drei bzw. vier Monate wird die Abrechnung über die vom Arzt verordneten Termine durch die Halle 41 an die zuständige Versicherung gesendet.

### Hohe Franchise oder abgelehnte Kostengutsprache?

Möglicherweise ist es für Patienten günstiger, ein Fitness-Abo über vier Monate mit unbegrenzter Anzahl Eintritte für CHF 550 (inkl. Einschreibgebühr, exkl. Kartendepot) zu lösen, als 27 oder 36 MTT-Eintritte über die Versicherung.

Zwei Stunden Physiotherapie wird über die Verordnung abgerechnet Kontrolltermine sind über eine reguläre Physiotherapieverordnung gewährleistet

### Wichtig für Fitnesskunden:innen der Halle 41

Für Fitnesskunden:innen der Halle 41 wird die Mitgliedschaft um drei bzw. vier Monate verlängert.