

# NEUER BEHANDLUNGSANATZ BEI ACHILLESSEHNEN- TENDINOPATHIE

**Leidest du unter Achillessehnen Beschwerden??**

**Es werden Teilnehmer zwischen 18-60 Jahre für ein  
12-wöchiges Trainingsprogramm gesucht.**

**Ziel?** 

**Reduktion von Schmerzen an der Achillessehne, Verbesserung der  
Beweglichkeit des Sprunggelenkes und Kräftigung der  
Fußmuskulatur.**

**Was erwartet dich?**

**Ein 12-wöchiges Interventionsprogramm mit exzentrischen Übungen +  
Faszienrolle betreut und leicht in den Alltag integrierbar.**

**Wo?**



**Training- und Diagnostikzentrum**

**Institut für Bewegungswissenschaft, Sport und Gesundheit.**

**Aigner-Rollett-Allee 13 (Uni Sportzentrum Rosenhain (USZ))**

**Wer kann teilnehmen? Probanden/ProbandInnen 18–60 Jahre alt mit Schmerzen  
an der Achillessehne (Tendinopathie). Interesse? Wir freuen uns auf deine**

**Teilnahme unter Tel. Nr. +43 676 401 6593.**