



## exaktaktiv hat mir den Urlaub gerettet!

Kurz vor unserem geplanten Skiurlaub ereilte mich ein akuter Bandscheibenvorfall. Der Besuch bei einem Orthopäden schaffte mir mittels einer Spritze Erleichterung. Laut Aussage des Arztes sollte ich mich jedoch an den Gedanken gewöhnen, die Skitour abzusagen. Das wollte ich aber so gar nicht hinnehmen und bat doch um ein Rezept für Manuelle Therapie. Eine Freundin empfahl mir das exaktaktiv in Rosenheim. Ich bekam auch umgehend einen Termin und begab mich vertrauensvoll in die Hände der sehr kompetenten Therapeuten. Über die Manuelle Therapie hinaus bekam ich Übungen an Geräten und Gymnastik für zu Hause. 3 Mal die Woche war ich nun im exaktaktiv und habe auch daheim fleißig weiter trainiert.

Bereits nach 2 Wochen konnte ich schon wieder zurück an meinen Arbeitsplatz und das Allerbeste, ich konnte mit meinem Mann die Skitour in Norwegen wahrnehmen. Das war ein wunderschöner Urlaub und ich danke dem Team im exaktaktiv für die gute Vorbereitung – ohne das Training wäre es sicher nicht möglich gewesen!

*Andrea Rosner, stellvertr. Landrätin*

Gruß aus Norwegen von einer atemberaubenden Skitour

