

Gesundheit



Sie suchen
Fitness,
Physiotherapie
oder Wellness?



**Zentrum Artos
Interlaken**

Gemeinsam erleben

Ihre Situation

Sie möchten Ihrem Körper etwas Gutes tun, sei es, um Ihre Muskulatur aufzubauen, zu erhalten oder zur Rehabilitation nach einer Verletzung.

Oder ganz einfach: Weil Sie im Alltag Entspannung suchen.

«Das Zentrum Artos ist zentral gelegen, die Bushaltestelle ist vor der Tür und das Gesundheitsangebot ist super. Manchmal gehe ich zuerst ins Fitness und gönne mir danach eine Wellness-Stunde.»

Frau H.
Besucherin Fitness und Wellness

Unser Angebot

Unser Ziel ist es, Menschen jeden Alters dabei zu begleiten, ihre Gesundheit zu fördern und ihr Wohlbefinden zu steigern.

Unsere Angebote vereinen die Bereiche Fitness, Physiotherapie und Wellness, um Ihnen ein umfassendes Gesundheitskonzept zu bieten. Ob Sie Ihre Fitness verbessern, gezielt Beschwerden lindern oder sich einfach nur entspannen möchten – bei uns finden Sie alles, was Sie für Ihre Gesundheitsförderung und Ihr Wohlbefinden brauchen.



Fitness

Trainieren Sie abwechslungsreich, einfach und effektiv für Ihre Gesundheit. Ob Fitness, Rehabilitation oder Prävention – gemeinsam definieren wir Ihre Ziele. Nach einer Standortbestimmung mit Körper- und Fitnessanalysen erstellen wir ein individuelles Trainingsprogramm für Sie. Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit stehen dabei im Fokus.

Bei einer Standortbestimmung erhalten Sie einen umfassenden Überblick über Ihre körperliche Fitness. Dazu gehören Kraftmessungen verschiedener Muskelgruppen, ein Ausdauer- sowie eine detaillierte Körperanalyse. Diese liefert präzise Daten zu Ihrem Muskelanteil, Ihrer Fettmasse und weiteren Körperwerten. So sehen Sie genau, wo Sie stehen, und können sich realistische Ziele setzen. Regelmässige Erfolgsmessungen stärken zusätzlich Ihre Motivation und machen Ihren Weg zu mehr Fitness noch effektiver.

Mit unserer Ausstattung von EGYM, Matrix, SensoPro und Dividat wird das Training und die Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Balance und Kognition auf motivierende und abwechslungsreiche Weise miteinander verbunden.

Unser Team steht Ihnen kompetent und professionell zur Seite und begleitet Sie gerne auf Ihrem Weg zu einem gesundheitsfördernden Training.

Physiotherapie

Die Physiotherapie im Zentrum Artos ist ein Kompetenzzentrum für Beckenbodenphysiotherapie und Geriatrie. Unsere qualifizierten Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten beraten Sie persönlich und verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz, um Ihre Lebensqualität nachhaltig zu verbessern.

Unser Angebot in der allgemeinen Physiotherapie umfasst unter anderem Behandlungen in den Bereichen Geriatrie, Orthopädie, Neurotraining sowie Lymphdrainage. Wir betreuen Patientinnen und Patienten wie auch Bewohnende des Zentrum Artos.

Die Medizinische Trainingstherapie (MTT) ist ein wichtiger Bestandteil unserer physiotherapeutischen Betreuung. Mit einem individuell abgestimmten Trainingsprogramm trainieren Sie gezielt Kraft, Beweglichkeit und Koordination und festigen so Ihren Therapieerfolg nachhaltig.

Um Ihre Gesundheit langfristig zu fördern, können Sie nach Abschluss Ihrer Physiotherapie und MTT weiterhin in unserem Fitnessbereich trainieren. Als Mitglied in der Physio Artos arbeiten Sie nachhaltig an Ihrer Gesundheit.





Beckenbodenphysiotherapie

Die Physio Artos ist ein wichtiges und anerkanntes Kompetenzzentrum für Beckenbodenphysiotherapie.

Wir behandeln Beschwerden wie Inkontinenz, Blasen- und Darmentleerungsstörungen, Senkungen der Beckenorgane, sexuelle Funktionsstörungen sowie Schmerzen im Becken- und Intimbereich.

Unsere hochqualifizierten Beckenbodenphysiotherapeuten und -therapeutinnen behandeln Sie selbstverständlich in ruhiger und diskreter Einzelbetreuung. Dank eines grossen Netzwerks arbeiten wir eng mit Spezialistinnen, Spezialisten und weiteren Fachpersonen zusammen. Eine Anmeldung zur Beckenbodenphysiotherapie erfolgt über eine physiotherapeutische Verordnung.

Für eine gezielte Therapie ist es wichtig, die Funktion Ihres Beckenbodens genau zu verstehen. Nach ausführlicher Aufklärung und nur mit Ihrem Einverständnis können weitere Untersuchungen sinnvoll sein. Ergänzend nutzen wir Ultraschall oder Elektromyographie, die Sie als Biofeedback in der Therapie unterstützen.

Unser Ziel ist es, Ihnen die Werkzeuge für nachhaltige und langfristige Therapieerfolge mitzugeben.



Wellness

In unserem Wellnessbereich finden Sie den perfekten Ort, um dem Alltagsstress zu entfliehen und neue Energie zu tanken. Entspannung und Erholung stehen im Mittelpunkt.

Darauf können Sie sich freuen:

- **Finnische Sauna mit Eisbrunnen**
85 °C, für das klassische Saunaerlebnis
- **Sanarium®**
60 °C, mildere Temperatur, 50% Luftfeuchtigkeit, ideal für die sanfte Entgiftung
- **Dampfbad**
45 °C, zur Förderung der Hautdurchblutung und Atemwegserholung
- **Infrarot Plus Sitze**
zur gezielten Muskelentspannung
- **Erlebnisdusche Monsun**
mit Tropenregen, Nebeldusche und Niagara Rain
- **Ruheraum**
mit 8 bequemen Liegen und Akustik-Elementen zur Förderung der Entspannung





Wellnessanwendungen und Pauschalen

Lassen Sie sich von unserer vielfältigen Auswahl an entspannenden Behandlungen und revitalisierenden Anwendungen verwöhnen.

— Wellnessanwendungen

Gerne verwöhnen wir Sie mit einer unserer Massagen: Entdecken Sie die wohltuende Wirkung einer Massage mit ausgewählten Alpenkräutern aus dem Berner Oberland oder geniessen Sie die pflegende Intensität einer Blumenhonigmassage.

— Pauschalen

Erholende Stunden mit Sauna, Dampfbad und Wellnessanwendungen sowie ein Mittagessen. Buchen Sie einen Verwöhntag oder einen Wellness-Aufenthalt im Hotel Artos.

Wir laden Sie zum Entspannen ein!



Was es kostet

Preise

Fitness	Fitness-Abonnements		Standortbestimmung Fitness	
	1 Jahr	CHF 750.—	Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht	
	½ Jahr	CHF 480.—	oder BIA Körperanalyse	
	¼ Jahr	CHF 320.—	25 min	CHF 55.—
	FitnessPlus-Abonnements		Personaltraining	
	inklusive EGYMPlus		55 min	CHF 110.—
	1 Jahr	CHF 800.—	MTT	
	½ Jahr	CHF 515.—	<i>(medizinische Trainingstherapie)</i>	
	¼ Jahr	CHF 340.—	mit Verordnung	
			Pflichtleistung Krankenkasse	
Physiotherapie	mit Verordnung		Pflichtleistung Krankenkasse	
	ohne Verordnung, 25 min		CHF	60.—
Wellness	Eintritte und Abonnements		Paare	Einzelperson
	Einzeleintritt			CHF 25.—
	11er Abonnement			CHF 250.—
	Halbjahresabo		CHF 690.—	CHF 425.—
	Jahresabo		CHF 1250.—	CHF 775.—
	Zwei Badetücher			CHF 7.—
	Wellnesstasche			CHF 15.—
	<i>mit Bademantel, Hamam- und Badetuch, Slipper</i>			
	Kombi		Paare	Einzelperson
	FitnessPlus und Wellnessoase			
	Halbjahresabo		CHF 1430.—	CHF 840.—
	Jahresabo		CHF 2420.—	CHF 1390.—
Preise inkl. MwSt.	Wellnessanwendungen			
	Teilkörpermassage, 25 min		CHF	60.—
	Ganzkörpermassage, 55 min		CHF	110.—
	Bergsteinmassage, 55 min		CHF	120.—
	Kräuterstempelmassage, 55 min		CHF	120.—
	Blumenhonigmassage, 55 min		CHF	120.—
	Stressfrei-Massage, 55 min		CHF	120.—

Der nächste Schritt

Melden Sie sich bei uns!

Eine moderne Infrastruktur mit erfahrenen Mitarbeitenden an zentraler Lage erwartet Sie bei uns. Wir freuen uns auf Sie!

Fitness	Fitness	Mo–Fr	8–17.30 Uhr
	FitnessPlus	Mo–So	8–21.00 Uhr
	MTT (<i>medizinische Trainingstherapie</i>)	Mo–Fr	8–17.30 Uhr
Physiotherapie		Di–Do	8–20.00 Uhr
		Mo und Fr	8–17.30 Uhr
		Sa	8–12.00 Uhr
Wellness		Täglich	14–21.30 Uhr

Von Oktober bis Ostern: ohne Voranmeldung

Von Dienstag nach Ostern bis Ende September: nach Voranmeldung

Ihr Kontakt

Zentrum Artos
Physio Artos
Alpenstrasse 45
3800 Interlaken

physio@artos.ch
033 828 88 68

artos.ch/gesundheit





Zentrum Artos Interlaken

Gemeinsam erleben

Pflege
Wohnen
Gesundheit
Demenz
Spitex

