

## PRESSEINFORMATION

### ***Trinicum-Training*<sup>®</sup>: MEDICAL FITNESS NEU GEDACHT**

**Hochtechnologisch, medizinisch fundiert und persönlich begleitet – Training im TRINICUM**

**WIEN, 11. MÄRZ 2019**

Mit TRINICUM, dem neuen Zentrum für Integrative Medizin und Schmerztherapie am Schwarzenbergplatz, eröffnete Anfang März 2019 ein Ärztezentrum, das völlig neue Wege geht: TRINICUM bringt nicht nur traditionelle Schulmedizin mit Therapien der Komplementärmedizin auf Augenhöhe, sondern bietet darüber hinaus mit *Trinicum-Training*<sup>®</sup> auf knapp 450 Quadratmetern Medical Fitness und ambulante Rehabilitation, die in Österreich einzigartig sind.

Die Hightech-Trainingsgeräte, im direkt an das Ärztezentrum angebundene Trainingsbereich des *Trinicum-Trainings*<sup>®</sup>, stammen aus der bayrischen Manufaktur SCHNELL und besitzen ausgezeichnete biomechanische Eigenschaften. Der Unterschied macht sich bereits beim ersten Platznehmen auf den Geräten bemerkbar: Per Chip-Armband erkennt das Gerät den jeweiligen Patienten, dessen Bedürfnisse und vorab definierten Ziele - und passt daraufhin Sitz- oder Liege-Position sowie Gewichte vollautomatisch an den Trainierenden an. Auf einem Bildschirm am Gerät kann über einen smarten Trainingsassistenten die Trainingsgeschwindigkeit in Echtzeit überprüft werden, während Coaches vor Ort durch persönliche Beratung ein Höchstmaß an Sicherheit und Effizienz garantieren.

# TRINICUM

---

Zentrum für Integrative Medizin  
und Schmerztherapie

Dr. Günther Malek, Gründer von TRINICUM, versteht die Bewegungstherapie als zentrales Kernelement des Ärztezentrums: „Um alle Arten von Schmerz effizient und nachhaltig zu behandeln, wenden wir alle denkbaren Behandlungsformen ganz individuell an. *Trinicum-Training*® ist Prävention, Schmerztherapie und Rehabilitation, aber auch ganz einfach Medical Fitness für Kraft, Ausdauer und Koordination auf höchstem Niveau.“

## **MEDIZINISCHE EXPERTISE ALS BASIS DES TRAININGS.**

Beim ersten Besuch im TRINICUM wird gemeinsam mit dem medizinischen Personal der körperliche Status quo ermittelt und darauf basierend ein hochindividuelles Trainings- oder Reha-Programm entwickelt. Zu Beginn der Trainingstherapie erhält jeder Patient ein Trainingsarmband, auf dessen Chip alle behandlungsrelevanten Daten gespeichert sind und während des Trainings in Echtzeit und darüber hinaus auch auf Bodenmatten oder im Freihantel-Training - ergänzt werden.

Neben Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfällen werden sämtliche Arten von Gelenkbeschwerden, Osteoporose, Arthrose und Rheuma im *Trinicum-Training*® therapiert. *Trinicum-Training*® kann von TRINICUM-PatientInnen zum Muskelaufbau, zur Mobilisierung und zur ambulanten Rehabilitation genutzt werden, steht aber auch externen KundInnen in einem Abo-System, analog dem eines Fitnessstudios, zur Verfügung. „Das Besondere am *Trinicum-Training*® ist die Kombination eines hochinnovativen Systems und unserer medizinischen Expertise. Als One-Stop-Shop für chronische und akute Schmerzen wird der Patient bei uns sicher bis zur schmerzfreien Bewegung begleitet und kann präventiv weiter trainieren“, erklärt Ewelina Wiesinger, Sportwissenschaftlerin und Trainingstherapeutin im *Trinicum-Training*®.

# TRINICUM

---

Zentrum für Integrative Medizin  
und Schmerztherapie

Als Alternative oder Fortsetzung der stationären Rehabilitation ermöglicht TRINICUM auch mithilfe des *Trinicum-Trainings*® eine maßgeschneiderte ambulante Rehabilitation. So bleiben Patienten in ihrem gewohnten beruflichen und privaten Umfeld und kommen nur zur Therapie ins TRINICUM. Ein hochpersonalisiertes Konzept macht die Reha im TRINICUM so effizient und schonend wie möglich.

## KONTAKT TRINICUM

Mag. Kathrin Malek

k.malek@trinicum.com

Tel 01/ 907 60 30-22

Schwarzenbergplatz 6, Eingang Zaunergasse 1-3

1030 Wien

„Palais Fanto“