

Medical Fitness Trainer

Brücke zur Physiotherapie

Was ist ein MFT?

Im Gegensatz zum "normalen" Fitnesstrainer verfügt der Medical Fitness Trainer (MFT) über ein spezifisches Wissen der wichtigen Krankheitsbilder, das ihm erlaubt, sein Training gezielt auf den Kunden und seine Problemzonen abzustimmen und diese optimal zu betreuen. Der MFT bildet somit das Bindeglied zwischen Physiotherapie und selbständigem Trainieren mit Betreuung eines Fitnessinstructors.

Eine ganz wichtige Aufgabe besteht darin, dem häufig verunsicherten Kunden die Angst vor der Bewegung und der Belastung zu nehmen und ihn für ein zukünftiges aktives und "bewegtes" Leben zu motivieren. Die Betreuungsdauer wird immer individuell angepasst.

Von grosser Bedeutung ist die Abgrenzung des MFT zum Physiotherapeuten (PT). Der MFT kommt erst dann zum Einsatz, wenn ein ehemaliger Patient wieder vollständig im Alltag belastbar ist und die eigentliche Therapie von Seite des PT beendet ist.



Corina Egger



Urs Rüeegsegger