

Michael Birkners – Physiotherapeut Macht Sportler, Promis und auch Dich fit



Bekanntlich gibt es viele gute Gründe, Mallorca zu besuchen. Viele bekannte deutsche Sportler kommen nach Mallorca, um sich hier von dem Physiotherapeuten Michael Birkners behandeln zu lassen. Birkners hat 2006 Mallorca als seinen Lebensmittelpunkt gewählt und seine Erfahrung ist hier von seinen Patienten genauso gefragt wie in seiner langjährigen Tätigkeit im Sportbereich. Michael Birkners' Praxisräume „ProForming“ im Boulevard von Santa Ponsa sind ein Treffpunkt für Sportler, Promis und Privatleute, die auf ihre Gesundheit achten oder wieder fit werden wollen.

Der staatlich anerkannte Physiotherapeut hat bis zur Übersiedlung nach Mallorca zahlreiche deutsche Sportler betreut. Von 2000 bis 2005 war er Physiotherapeut vom FC Schalke 04 – in dieser Zeit, nämlich 2001 und 2002, errang Schalke 04 den DFB-Pokal. Wegen der vielen Spiele in der Championsleague und im UEFA-Cup begleitete Birkners die Mannschaft „um die ganze Welt“. Hierdurch entstanden viele Freundschaften und Anerkennung zwischen dem ausgewiesenen Sportfreak und den Fußballern, die noch bis heute bestehen.

Aber nicht nur in der Betreuung von Fußballern erlangte Michael Birkners Meriten: Auch Klaus Isekenmeier aus dem deutschen Zehnkampfteam, das Merida-Radsportteam, die Nationalmannschaft DBS Radsport und eine Vielzahl von Tennisprofis bei ATP-Turnieren wurden von ihm vorbereitet und fit gemacht. Auch bei unterschiedlichen Events im sportlichen und kulturellen Bereich fand er Anerkennung. So wurde er z.B. von den Red Hot Chili Peppers im Rahmen ihrer Deutschland-Tournee engagiert.

Auf Mallorca deckt Birkners mit seiner Praxis ein weites Feld seines Berufsbildes ab: Physiotherapie, Massage, Rückenschule, Arbeitsergonomie, Alltagsergonomie, Stretching, Rückentraining, Mobilisation, Sportphysiotherapie, Stabilisation des Bewegungsapparates durch medizinische Trainingstherapie sowie Prävention.

Mit dem von ihm auf Mallorca neu eingeführten Miha bodytec EMS-Training bearbeitet er die Bereiche Muskelaufbau, Rückentraining, sportsspezifisches Training für Golf und Tennis, Gewebestraffung, Fettabbau, Anti-Cellulite und Beckenbodentraining. Birkners beschreibt die „miha bodytec



Miha Bodytec EMS Training



M. Birkners behandelt Nationalspieler Jörg Böhme



Falko Götz

Methode“ wie folgt: „Als wichtigstes Rezept gegen die unschönen Dellen bei Cellulite gilt die Straffung des Bindegewebes in gezielter Gewichts- und Fettreduktion. Durch regelmäßiges intensives Training wird überschüssiges Körperfett abgebaut, Muskulatur aufgebaut und der Stoffwechsel nachhaltig positiv beeinflusst. Vor allem auf ein gezieltes Muskelaufbauprogramm sollte Wert gelegt werden“.

Weiterhin bietet Birkners Praxis Physiotherapie, Sporttherapie, Wirbelsäulentraining, Rückenschule, Klassische Massage, Hot Stone Massage, Ayurveda Massagen, Fußreflexzonenmassage und traditionelle Thaimassage an.

Schlagersänger **Costa Cordalis**, der ständig auf Mallorca wohnt, und eine Vielzahl seiner Kollegen aus dem Showbusiness nehmen die Dienste Michael Birkners ebenso in Anspruch wie der 16-jährige Torhüter des Balearen Clubs San Francisco **Dustin Wolff**. Und



Costa Cordalis



Dustin Wolff

auch der erfolgreiche Fußballtrainer **Falko Götz**, der nicht nur auf dem Fußballplatz, sondern auch mit seinem Einsatz für benachteiligte Kinder viel Anerkennung erfahren hat, schaut bei seinen Mallorca-Aufenthalten immer bei Michael Birkners vorbei.

All das kann Birkners nicht allein bewältigen. Deshalb unterstützt ihn die Berliner Physiotherapeutin **Nancy Burdach** (25), die seit 2008 sich auf den Gebieten Brügger, Dorntherapie, Thaimassage, Ayurveda- und Hotstonemassage fortgebildet hat.

Die moderne Physiotherapie ist aus der modernen Medizin nicht wegzudenken. Wie sagte schon Platon: „Die größte Behinderung des Lebens liegt darin, ständig auf die Gesundheit zu achten“.



Nancy Burdach



Physiotherapeut Michael Birkners

Gran Via Puig des Castellet, Nr. 2, Local C • E-07180 Santa Ponsa
 Tel.: 0034 / 971 690 549

info@proforming.de • www.proforming.de