

# tamed berät – Tanzmedizinische Beratung



Physiotherapie  
Marcus Trocha

Zentrum für Manuelle Therapie,  
Physiotherapie und Bewegungsanalyse

Tanzspezifische Belastungen erfordern tanzspezifische Maßnahmen. Tänzer\*innen sind Künstler\*innen und Athlet\*innen zugleich. Bei jedem Training möchtest du das Beste aus deinem Körper herausholen und deine Leistungsfähigkeit langfristig erhalten. Die besonderen körperlichen Beanspruchungen beim Tanzen erfordern tanzspezifisches Training und tanzmedizinische Therapie. Die Angewandten Tanzmediziner\*innen von tamed sind ausgebildete Spezialist\*innen für Tanz und beraten dich in tanzspezifischem Training und tanzmedizinischer Therapie.

Die **Spezialsprechstunde „tamed berät – Tanzmedizinische Beratung“** bietet eine Anlaufstelle für alle Fragen rund um den Tanz, egal ob du Laientänzer\*in oder Profitänzer\*in bist und ob dein Herz für Ballett, Modern Dance, Paartanz, Turniertanz oder Urban Dance schlägt.



**„Im Fokus der Sessions stehst DU. Ich möchte dich als individuelle Tänzerin oder individuellen Tänzer verstehen und nehme mich deiner persönlichen Anliegen an.“ [Martha Richter]**

In den Beratungen erlebst du eine umfassende physiotherapeutische Analyse mit dem Ziel, dir deinen Behandlungsbedarf und konkrete Behandlungsoptionen aufzuzeigen. Auf Wunsch wirst du bei der Vermittlung zu ansässigen Ärzt\*innen und Therapeut\*innen unterstützt. Die Beratungen beinhalten weiter:

- **Prävention von tänzertypischen Beschwerden, Überlastungsschäden und Tanzverletzungen**
- **Analyse der Tanztechnik**
- **Therapie und Rehabilitation durch tanzspezifisches Return-Training**
- **praxisnahe und verständliche Hilfestellung für eigenverantwortliches Handeln**

Die 50-minütige Einzelberatung (Privatleistung) kostet 45 EUR.

**Terminvereinbarung und Anmeldung** in der **Physiotherapie am Weißen Hirsch | Marcus Trocha**, Collenbuschstraße 16, 01324 Dresden. Tel: +49 351 / 20 86 812 oder [praxis@physiotherapie-trocha.de](mailto:praxis@physiotherapie-trocha.de).

Die Beratungen werden von Martha Richter durchgeführt. Sie ist Physiotherapeutin seit 2010, Heilpraktikerin für Physiotherapie (2013), Tanzmedizinerin (tamed Zertifikat Tanzmedizin, 2016) und Pilatetrainerin (2013). Sie studierte Bühnentanz an der Palucca Hochschule für Tanz Dresden und ist seit 2013 dort als tanzmedizinische Physiotherapeutin mit dem Schwerpunkt von Funktionsanalysen bei Kindern und Erwachsenen tätig. Martha Richter verfügt über Zusatzqualifikationen in Manueller Therapie, McKenzie, OIGG Gehen verstehen, Manueller Lymphdrainage, CMD-Therapie und der SI-Mototherapie und -diagnostik.

Marcus Trocha

PT, M.Sc. (PT), OMT  
Collenbuschstraße 16  
01324 Dresden

Postbank Leipzig  
BLZ 860 100 90  
Kto. 931 981 909

Tel. 0351 208 68 12  
Mob. 0176 241 83 317

[praxis@physiotherapie-trocha.de](mailto:praxis@physiotherapie-trocha.de)  
[www.physiotherapie-trocha.de](http://www.physiotherapie-trocha.de)

IK 441460203  
StNr. 202/282/09067