

Viola Wiedemann

vw@dancers-in-balance.de

www.dancers-in-balance.de

Physiotherapeutin u. Personaltrainerin

Mitglied seit Februar 2020



Ich arbeite seit über zwei Jahrzehnten als Physiotherapeutin und tanze seit meiner Kindheit Modern Dance und Klassisches Ballett. Diese persönliche Verbindung zum Tanz, kombiniert mit meiner beruflichen Expertise, bildet die Basis meiner Arbeit.

Tänzer:innen sind Hochleistungssportler:innen und benötigen wie andere Athlet:innen eine besondere, spezialisierte Betreuung. Mit meiner Arbeit möchte ich durch präventive Unterstützung bzw. gezielte Behandlung einen sicheren Berufsalltag bzw. eine schnelle Rückkehr auf die Bühne ermöglichen.

Die allgemeine Optimierung der Leistungsfähigkeit, die Stärkung der Beckenboden- und Bauchmuskulatur nach einer Geburt und vieles andere mehr: Alle Maßnahmen werden individuell, ganzheitlich und pilatesbasiert angewendet, um die jeweiligen persönlichen Ziele zu erreichen. Seit 2023 arbeite ich mit Tänzer:innen des Hamburger Kammer-Balletts.

Gerne bin ich Ansprechpartnerin für Rückbildung und Beckenbodentraining.