



MOVING MONKEY®

Stark Beweglich Schmerzfrei



Moving Rehab[®] Performance



Umfang

- ✓ wöchentliche Schmerz-Performance-Checks + Videoanalysen & Trainingsplan-Anpassungen
- ✓ regelmäßige Klienten Kompass Ausrichtung
- ✓ 1x Sprechstunde / Monat (vor Ort / online)
- ✓ kontinuierliche Schmerz-Performance-Score Evaluation

Angebot

12 Monate | ~~7.200€~~ → 6.120€ (15%)*

6 Monate | ~~3.600€~~ → 3.240€ (10%)*

3 Monate | ~~1.800€~~ → 1.710€ (5%)*

monatlich | 600€

*Laufzeit-Pakete verlängern sich nach Ablauf nicht automatisch



Moving Rehab[®] Basic



Umfang

- ✓ wöchentliche Schmerz-Performance-Checks
- ✓ Videoanalysen & Trainingsplan-Anpassungen
- ✓ regelmäßige Klienten Kompass Ausrichtung

Sprechstunde optional buchbar (250€)

Angebot

12 Monate | ~~4.800€~~ → 4.080€ (15%)*

6 Monate | ~~2.400€~~ → 2.160€ (10%)*

3 Monate | ~~1.200€~~ → 1.140€ (5%)*

monatlich | 400€

*Laufzeit-Pakete verlängern sich nach Ablauf nicht automatisch



Moving Rehab® Erfolge

Unterhalb kannst du alle bisherigen Erfahrungsberichte unserer vergangenen Klienten nachlesen.

Die Seite aktualisiert sich mit jeder neuen Bewertung:



von 1000+ Moving Rehab® Klienten



Robyn Reinartz



Seit mehreren Jahren trainierte ich bereits mit Schulter, Knie, Waden und Sprunggelenksschmerzen/Einschränkungen. Ich habe alles ausgeschöpft, was unser "normales" Gesundheitssystem so hergibt, leider ohne Erfolg. Einlagen, Physio, Orthopädie und Co. ohne Langfristige Verbesserung - letztlich der Rat zur OP!

Mit dem Glauben daran, dass mein Körper ohne all das Schmerzfrei werden kann, bin ich auf Moving Monkey und ihr Moving Rehab gestoßen! Das Programm konnte ich komplett Online absolvieren - was mich anfangs mit Skepsis erfüllte - komplett abgestimmt auf meine Bedürfnisse. Über 2 Monate bekam ich einen Ganzheitlichen Trainingsplan, mit regelmäßigen Anpassungen und Progressiver Steigerung. In keinem Moment habe ich mich Alleingelassen gefühlt. Auf jeden Frage gab es mindestens zwei Antworten :)

Da ich das Programm mehr oder weniger aus persönlichen Gründen vorzeitig abbrechen musste, wurde ich natürlich nicht Kompletzt Schmerzfrei in so kurzer Zeit, aber ich verbesserte meine Schmerz Performance von Anfangs 53 % auf 80%. Ich habe ein ganz neues empfinden für meinen Körper bekommen und weiß nun endlich, wo tatsächlich meine Einschränkungen sind und was ich dagegen tun kann.

Ganz ganz tolle Arbeit von allen Mitwirkenden! Leon gibt dem Thema Bewegung seinen eigenen Charakter. Ich habe viel mehr bekommen als ich gegeben habe! Hier bist du als Mensch Wichtig!

1000% Weiterempfehlung!

Danke für alles !



Patrick Kopp



Bevor ich zu Leon kam, hatte ich seit über einem Jahr Probleme und Schmerzen in meiner rechten Schulter. Weder Schonung noch physiotherapeutische Anwendungen haben zu einer Verbesserung geführt - doch das sollte sich bald ändern. Ich vereinbarte einen Termin mit Leon und war schon beim ersten Gespräch sehr überrascht. Leon ist einfach ein Fachmann auf seinem Gebiet. Noch mehr beeindruckt hat mich allerdings, dass er im Gespräch nicht das Gefühl vermittelte, mir etwas verkaufen zu wollen. Stattdessen war es ein entspannter Austausch, in dem er detailliert auf meine Situation einging und mir die verschiedenen Möglichkeiten aufzeigte, wie wir gemeinsam weiter vorgehen könnten. Ich entschied mich schließlich für das „Bewegungsprofil“. Zunächst bekam ich Hausaufgaben und sollte Videos für Leon aufnehmen. Außerdem hatte ich die Möglichkeit, mir Gedanken darüber zu machen, welche weiteren Ziele ich neben einer schmerzfreieren Bewegung noch habe. Mein zusätzlicher Wunsch war der Aufbau von Kraft. Bei der anschließenden Analyse blieb mir wirklich der Mund offen stehen. Leon gab mir nicht nur eine präzise Einschätzung meiner Mobilität (die ehrliche Wahrheit tat an manchen Stellen ein bisschen weh), sondern entdeckte auch bei meinen Klimmzügen eine Schiefelage: Ich zog auf einer Seite stärker als auf der anderen. Das war mit bloßem Auge nicht zu erkennen, erst in der Zeitlupe des Videos wurde es deutlich. Daraufhin stellte mir Leon meinen individuellen Übungsplan vor, ergänzt durch gezielte Übungen zur Verbesserung meiner Kraft und Stabilität. Die Übungen waren anfangs ungewohnt und ich brauchte eine Weile, bis ich Fortschritte spürte. Kurz nach dem Start erwischte mich jedoch eine



Ralf Wiegand



Auch in unserer zweiten Zusammenarbeit aufgrund neuer Schmerzbereiche, bin ich mit dem Konzept sowie dem Fachwissen von Leon und Marc sehr zufrieden.

Man hat schnell und zielsicher die richtigen Übungen sowie Anpassungen für mich gefunden. Die schmerzenden Bewegungen haben sich dadurch deutlich gebessert; sind sogar fast verschwunden.

Der anfangs erstellte und regelmäßig aktualisierte Schmerzperformance-Score visualisierte die gefühlten Veränderungen in Zahlen und zeigte während des Coachings wo noch "gefeilt" werden muss - gutes und sinnvolles Tool.

Ich habe auch diesmal wieder sehr viel mitgenommen und einiges über meinen Körper sowie zu Trainingsanpassungen, die ich eigständig anwenden kann, gelernt.

Motiviert setze ich mein Training fort, und weiß, dass ich auch bei evtl. späteren Problemen nicht alleine dastehen werde.

Großen Dank an Leon und sein Team.



Sep 6, 2025



Christian Albrecht



Angefangen habe ich bei Moving Monkey mit Rücken- und Nackenschmerzen. Nach wenigen Monaten sind diese vollkommen verschwunden. Ich habe ein unglaubliches Trainingsprogramm