




Praxis Rauschen

Bewegung mit Haltung

 Hermann-J. Hoffe

 Klaus-Peter Kappest

Im Herzen von Bad Fredeburg befindet sich die Praxis Rauschen, ein modernes Gesundheitszentrum, das Physiotherapie neu denkt. Auf rund 420 Quadratmetern arbeitet ein engagiertes Team aus elf Fachkräften mit dem Anspruch, Menschen langfristig in Bewegung zu bringen – körperlich, geistig und emotional.

Von der klassischen Therapie zum Gesundheitskonzept

Was 1997 als kleine Praxis begann, ist heute ein vielseitiges Gesundheitszentrum. „Physiotherapie ist nicht gleich Massage“, betont Inhaber Ralf Rauschen. „Wir wollen Ursachen verstehen und Menschen befähigen, selbst etwas für ihre Gesundheit zu tun.“ Statt reiner Behandlungsserien setzt das Team auf Anamnese, Beratung und Prävention. Jeder Patient erhält eine umfassende Gesundheitsanalyse – inklusive Bioimpedanzmessung, die Muskelmasse, Fettgewebe, Wasserhaushalt und Knochenmineralisierung sichtbar macht. Ergänzt wird das Gesundheitsscreening

durch eine mentale und emotionale Bestimmung des Istzustandes. Aus den Daten entsteht ein individuelles Gesundheitsspinne-Diagramm – die Basis für ein ganzheitliches Konzept.

„Wir wollen, dass die Leute wissen, wo sie stehen“, erklärt Rauschen. „Dann können sie selbst entscheiden, wie sie weitergehen.“ Beratung und Wissenstransfer sind für ihn zentral: „Viele Erkrankungen entwickeln sich über Jahre. Wenn wir frühzeitig erkennen, wo etwas im Ungleichgewicht ist, vermeiden wir Operationen und Folgeschäden und damit verbunden hohe Kosten.“

Training, Technik und Teamgeist

Über die Jahre ist der Trainingsbereich zu einem zweiten Standbein geworden. Mehr als 260 Mitglieder nutzen heute die modernen Geräte im Obergeschoss für ihr individuelles Trainingsprogramm. Darunter sind viele Männer und Frauen, die über Kooperationen im betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) teilnehmen. Unternehmen aus der Region schicken ihre Mitarbeitenden zur Prävention, Stressreduktion oder Rückenstärkung in die Physiopraxis Rauschen.



Besonders stolz ist Rauschen auf das neue SkillCourt-System – ein Hightech-Trainingsgerät, das Reaktion, Koordination und Konzentration schult. Dank des motivierenden Gaming-Charakters des Gerätes macht das Training damit viel Spaß. „Damit arbeiten unter anderem auch Fußballvereine aus der 1. Bundesliga“, sagt er. „Es gibt uns die Möglichkeit, ganz gezielt Sportler, aber auch Senioren, Kinder und Menschen mit Demenzrisiko fördern. Das ist Training fürs Gehirn.“ Parallel bietet die Praxis Online-Präventionskurse an, die von den Krankenkassen gefördert werden. So wird Bewegung auch für jene erreichbar, die lieber zu Hause trainieren.

Zum Team gehören sechs Physiotherapeuten und -therapeutinnen, eine Heilpraktikerin, eine Trainerin, zwei Rezeptionskräfte und eine Social-Media-Managerin. Rauschen lacht: „Ich kann nicht gleichzeitig therapieren und posten.“

Fusion2Life – Innovation aus dem Sauerland

Seit Anfang 2025 ist Bad Fredeburg sogar Teil eines Weltmarktprojekts: Mit Fusion2Life vertreibt Rauschen eine neue Produktlinie, die über biophysikalische Prozesse die Regeneration von Muskeln und Faszien unterstützt. Ob Spray, Lotion oder Wärmeroller – die Mittel aktivieren die Zellspannung auf rein physikalischen Effekten, fördern Durchblutung und lindern Schmerzen. „Ich war skeptisch“, erzählt Rauschen. „Aber die Ergebnisse waren verblüffend. Wenn ich damit Menschen schneller in Bewegung bringe, dann ist das genau unser Thema. Fusion2Life erleichtert den Therapeuten die Arbeit. Die Patienten wenden

Unter diesem Titel stellt das WOLL-Magazin in Kooperation mit Schmallenberg Unternehmen Zukunft e. V. regelmäßig engagierte Betriebe aus Industrie, Handwerk, Handel und Dienstleistung in der Stadt Schmallenberg vor. In dieser Ausgabe geht es um das Unternehmen Wilmers Kommunaltechnik.



ist er über den Zivildienst zur Physiotherapie gekommen. Heute engagiert er sich im Kneippverein, unterstützt Ausbildungsinitiativen und ist fester Bestandteil des regionalen Gesundheitsnetzwerks. Den Standort Bad Fredeburg empfindet er als Glücksfall: „Hier kennt jeder jeden. Das ist kein Nachteil – das ist Stärke. Wenn bei mir morgens die Jalousie unten bleibt, fragt der Nachbar, ob alles in Ordnung ist. Diese Nähe macht unsere Region aus.“

Verwurzelt im Sauerland

Trotz aller Modernität bleibt Rauschen bodenständig. Aufgewachsen in Olsberg, ist er über den Zivildienst zur Physiotherapie gekommen. Heute engagiert er sich im Kneippverein, unterstützt Ausbildungsinitiativen und ist fester Bestandteil des regionalen Gesundheitsnetzwerks. Den Standort Bad Fredeburg empfindet er als Glücksfall: „Hier kennt jeder jeden. Das ist kein Nachteil – das ist Stärke. Wenn bei mir morgens die Jalousie unten bleibt, fragt der Nachbar, ob alles in Ordnung ist. Diese Nähe macht unsere Region aus.“

Blick nach vorn

Stillstand ist für ihn keine Option. „Wer sich bewegt, lebt“, sagt Rauschen – und meint damit auch seine Praxis. Digitale Weiterentwicklungen, App-gestützte Trainingsprogramme (etwa bei CMD-Kieferproblemen) und monatliche Gesundheitsvorträge stehen auf seiner Agenda. Ziel ist es, Menschen zu befähigen, Verantwortung für ihren Körper zu übernehmen – ob im Büro, im Verein oder zu Hause.



So wird aus einer Physio-praxis ein Zentrum für Gesundheit, das zeigt, was das Sauerland kann: Innovativ denken, menschlich handeln und aus der Region heraus wachsen.

Das kommt aus Schmallenberg.