



Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP

Carsten Stark

Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP Carsten Stark

 [Download Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Ei ...pdf](#)

 [Online lesen Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP Carsten Stark

160 Seiten

Kurzbeschreibung

Gesunde Füße – gesunder Mensch

Unsere Füße fristen oft ein Schattendasein – dabei sind sie weit mehr als nur das Ende unserer Beine. Und sie hinterlassen Spuren, die wir lesen können. Wie gehe ich durchs Leben? Welche gesundheitlichen Probleme belasten mich? Wo gibt es in meinem Körper Spannungszonen? Carsten Stark ist Experte für die enge Wechselbeziehung zwischen Füßen und Organismus. Er erklärt in diesem Buch, welche Bedeutung die Füße für unsere Gesundheit haben und was ihnen guttut oder schadet. Und er zeigt, wie man mit einfachen Übungsanwendungen nicht nur den Füßen helfen, sondern durch Einbeziehung der Füße auch andere körperliche Beschwerden lösen kann. Eine wichtige Rolle spielt auch das Trendthema Barfußlaufen. Der Leser erfährt, worauf er beim Barfußlaufen achten muss und wie er Schritt für Schritt zum Barfußläufer werden kann.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Carsten Stark ist Spezialist für Füße und deren Wirkung auf den Körper. Er hat die sogenannte FUSSKARTOGRAPHIE entwickelt. Eine Methode, bei der mithilfe eines Fußscanners ein digitales Fußbild erstellt wird, um den Ursachen für körperliche Beschwerden ganzheitlich auf den Grund zu gehen. In seiner Praxis in München hilft er seit vielen Jahren erfolgreich bei Fuß-, Knie- und Rückenleiden sowie anderen organischen Symptomen durch selbst entwickelte Anwendungen und Fuß-Reha-Maßnahmen, wie z. B. Fußtraining, Bewegungsmuster und Schuhwerksbeurteilung. In Fachkreisen ist Carsten Stark für sein Spezialwissen rund um das Thema natürliche Fußgesundheit bekannt und seine schonenden Maßnahmen abseits des Standards sind im gesamten deutschsprachigen Raum gefragt.

Download and Read Online Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP Carsten Stark #F2CKTNAP1X4

Lesen Sie Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP von Carsten Stark für online ebook Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP von Carsten Stark Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP von Carsten Stark Bücher online zu lesen. Online Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP von Carsten Stark ebook PDF herunterladen Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP von Carsten Stark Doc Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP von Carsten Stark Mobipocket Füße gut, alles gut: Ganzheitlich gesund ohne Einlagen, Medikamente und OP von Carsten Stark EPub