



## **Taping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden**



**Download**



**Online Lesen**

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

# Taping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden

*Daniel Weiss*

**Taping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden** Daniel Weiss

 [Download Taping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und andere ...pdf](#)

 [Online lesen Taping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und ande ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Taping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden Daniel Weiss**

---

128 Seiten

Kurzbeschreibung

Sich den Schmerz einfach wegkleben - geht das? Ja, mit Kinesio-Taping - einer japanischen Behandlungsmethode, die vorwiegend bei Sportverletzungen, aber auch bei allen anderen Schmerzproblemen des Bewegungsapparates und der Muskulatur angewendet wird. Die Tapes sind hochelastisch, atmungsaktiv und dehnen sich, ohne die Bewegungsfreiheit einzuschränken. Dadurch wird die Haut bei jeder Bewegung sanft massiert und durchblutet, Lymph- und Blutfluss angeregt, die Gelenkfunktion unterstützt und die Muskulatur reguliert. Die elastischen Pflaster helfen bei zahlreichen orthopädischen Beschwerden an den Gelenken, beim verspannten Rücken und Nacken, aber auch andere Beschwerden wie Migräne oder Regelschmerzen lassen sich gut behandeln. Das Buch bietet eine kompakte theoretische Einführung in das Taping und beschreibt die unterschiedlichen Anlagetechniken. Im letzten Kapitel werden die Beschwerden von A bis Z mit ihren speziellen Tapeanlagen Schritt-für-Schritt beschrieben und bebildert.

Download and Read Online Taping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden Daniel Weiss #8Q1CRA9VEUO

Lesen Sie Taping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden von Daniel Weiss für online  
ebookTaping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden von Daniel Weiss 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 Taping: Selbsthilfe bei  
Muskelschmerzen und anderen Beschwerden von Daniel Weiss Bücher online zu lesen. Online Taping:  
Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden von Daniel Weiss ebook PDF  
herunterladenTaping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden von Daniel Weiss  
DocTaping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden von Daniel Weiss  
MobipocketTaping: Selbsthilfe bei Muskelschmerzen und anderen Beschwerden von Daniel Weiss EPub