

Den Verspannungen hilflos ausgeliefert?

08.07.2011, 16:42 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Hawaiian Fitness*

Vortrag über einen neuen Ansatz der Schmerzlösung und Gesundheitsvorsorge

Um Rückenschmerzen und ähnliche Beschwerden zu lindern, gab es bislang den Besuch beim Arzt - und damit Tabletten und Spritzen - oder den Gang zum Physiotherapeuten. Das hat vielen Menschen bedingt weiter geholfen und oft nur die Symptome behandelt.

Eine neue Methode, welche der Sportmasseur und Körpertherapeut Stefan Becker entwickelt hat, verspricht nun die Ursachen aufzuspüren und zu lösen: Die Sonarbehandlung. 10 Jahre Entwicklungszeit waren dafür in unterschiedlichen Bereichen von Körper- und Psychotherapie nötig.

Der Ansatz, mit der Befreiung der Tiefenatmung zu arbeiten, ist vollkommen neu. „Der Körper hat eine schlummernde Gesundheitsfunktion: den organischen Reflex, welchen jeder Mensch in relativ kurzer Zeit wieder aktivieren kann.“, so Stefan Becker. In seinem Vortrag geht er auf die Hintergründe ein und beschreibt die Folgen, wenn dieser organische Reflex nicht aktiv ist; und wie wertvoll es ist, wenn er wieder aktiviert wird. „85% aller Verspannungen und Schmerzen haben einen Zusammenhang mit der eingeschränkten Tiefenatmung und der brachliegenden Gesundheitsfunktion.“, erklärt Stefan Becker. Er meint weiter, dass durch Aufspüren und Lösen der unbewussten Anspannungen in den Muskelgeflechten, der Körper wieder mehr Vitalenergie zur Verfügung bekommt. Der Atemraum und damit auch die Entspannungsfähigkeit vergrößert sich dadurch.

Die Sonarbehandlung ist besonders interessant für alle Schmerzpatienten und für Menschen, welche mit zuviel Stress und Verspannungen belastet sind und dies nachhaltig ändern wollen.

Auch wird im Rahmen des Vortrags die Möglichkeit gegeben, einen kleinen Einblick in die Praxis der Methode zu bekommen.

Die Vorträge finden in regelmäßigen Zeitabständen im Umkreis von Bad Oldesloe und Kiel statt.

Wenn Sie wissen wollen, wo und wann der nächste Vortrag stattfindet können Sie sich unter 04533-8563 informieren oder die websites:

www.sonarbehandlung.de und www.naturheilpraxiskiel.de für weitere Informationen aufrufen.

Portrait

Hawaiian Fitness wurde 2010 gegründet und bietet ganzheitliches Fitnesstraining an; nach der Ansicht, daß der menschliche Organismus viele Ebenen hat, auf denen er Training, Wachstum und persönliche Entwicklung braucht um gesund zu sein. Im Hawaiian Fitness sind sowohl Mental- und Motivationstraining, Körperkoordinations und Dehn/Fitnessübungen mit Selbstaussdruck und Kreationstraining verknüpft. Die Methode ist darauf ausgerichtet tiefere seelische Bedürfnisse sichtbar zu machen und ein intensives, erfülltes Leben zu führen.

Die Sonarbehandlung ist ein Baustein der Hawaiian Fitness Methode.

News-ID: 552831 • Views: 2214 (Stand: 27.09.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/552831/Den-Verspannungen-hilflos-ausgeliefert.html>