

## TRIGGERBALL - 12 GRUNDLEGENDE ÜBUNGEN

13.12.2016, 09:38 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *TRIGGERBALL GmbH*

Presseagentur: *TRIGGERBALL GmbH*



TRIGGERBALL® Das Original mit 42 Kanten gegen deinen Schmerz!

Die erste Publikation zur TRIGGERBALL®-Methode und dem in Bayern entwickelte TRIGGERBALL® mit 42 Kanten ist ab sofort veröffentlicht und zum Beispiel als download auf dem Autorenportal XinXii.com unter dem link <http://goo.gl/NtPXV5> erhältlich.

Der vom Therapeuten und Unternehmer Wolfgang F. Mosebach über Jahre entwickelte Therapieball ist Deutschlands erstes High End Selbstbehandlungstool zum punktgenauen Auflösen von myofaszialen Triggerpunkten und zur Regeneration von Muskeln und Faszien.

Dies ist möglich, durch seine speziell entwickelte Silikon-Konstruktion und Oberfläche. Der TRIGGERBALL® ist der

erste Therapieball mit 42 Kanten und druckverformbaren Oberflächensegmenten zur Fasziendehnung.

Die Publikation ist ein Ratgeber in Form eines TRIGGERBALL<sup>®</sup>-Posters und zeigt neben einer laienverständlichen Kurzanleitung auch zwölf selbsterklärende Übungsbeispiele zur Selbstbehandlung, basierend auf den bewährten Prinzipien der Osteopathie, manuellen Therapie und Akupressur. Die TRIGGERBALL<sup>®</sup>-Übungen kombinieren dabei erstmals präventive und therapeutische Elemente sinnvoll miteinander.

Die Übungen sind leicht verständlich dargestellt und erstmals für Sportler, aber auch Patienten mit myofasziellen Beschwerden, anwendbar.

Besonderes Augenmerk legt der Therapieexperte Mosebach dabei darauf, dass die Anwendung eines Therapieballs oder einer Faszienrolle auf angenehme, entspannte Weise durchgeführt wird und nicht, wie derzeit in anderen fasziensorientierten Übungssystemen üblich, in aufgestützter oder schmerzhaft angespannter Körperhaltung.

Weitere Publikationen zum TRIGGERBALL<sup>®</sup> und zur Methode werden in Kürze folgen.

Weiterführende Informationen erhalten Sie unter [www.triggerball.com](http://www.triggerball.com)

CEO W. F. Mosebach, TRIGGERBALL GmbH 2016

## **Portrait**

Die TRIGGERBALL GmbH ist der Entwickler des ersten High End Selbstbehandlungstools TRIGGERBALL<sup>®</sup>, welches in Bayern entwickelt, gestaltet und realisiert wurde.

In Kooperation mit dem medizinischen Gesundheitszentrum amanu – Institut für angewandte Myofasziale Triggerpunkt-Therapie, engagiert sich die TRIGGERBALL GmbH aktiv in der therapeutischen Weiterentwicklung der Triggerball<sup>®</sup>-Methode, bestehend aus der Triggerball<sup>®</sup>-Therapie und der Triggerball<sup>®</sup>-Gymnastik.

Zusammen mit amanu haben wir in jahrelanger Behandlungspraxis den Triggerball<sup>®</sup> als Therapietool zur Selbstbehandlung speziell für Verspannungsbeschwerden, Faszientherapie und Triggerpunkttherapie entwickelt.

---

News-ID: 931235 • Views: 2489 (Stand: 04.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/931235/TRIGGERBALL-12-GRUNDLEGENDE-UeBUNGEN.html>