

Gehen für die Gesundheit

Dem Winterspeck die Rote Karte zeigen: Fitnessmatte aus der Schweiz lässt Pfunde purzeln

Schiers (Schweiz), Dezember 2009 – Gute Nachrichten für alle, die dem Winterspeck gar nicht erst die Chance geben wollen, sich an der Hüfte breit zu machen: Die goFit-Gesundheitsmatte aus der Schweiz hilft schlank zu bleiben oder abzunehmen. Dauerhaft und ganz ohne Pillen oder Pülverchen. Vom positiven Einfluss auf den Stoffwechsel und das körperliche wie seelische Wohlbefinden ganz zu schweigen.

Die Jahreszeit ist gefährlich: Zum Appetit auf Süßes, angeregt durch Lichtmangel, bieten die Feiertage manche Gelegenheit, ebensolches zu sich zu nehmen. Und das alles bei weniger Bewegung an der frischen Luft als im Frühjahr und Sommer. Kurz: Wer dem Winterspeck vorbeugen will, sollte jetzt etwas dafür tun. Die Schweizer goFit-Matte ist dafür das ideale Mittel. Denn sie besticht durch eine erstaunliche Breitenwirkung.

Claudia Schüler aus Dornbirn beispielsweise berichtet: „Ich habe die Matte zu testen begonnen, weil ich davon gehört hatte, dass sie allgemein fit macht und gegen Verspannungen und Rückenschmerzen wirkt. Ans Abnehmen habe ich dabei zunächst gar nicht gedacht. Nachdem ich ein paar Tage lang morgens und abends jeweils zehn bis 15 Minuten auf der Matte gegangen bin, fiel mir auf, dass ich abgenommen habe. Also begann ich mich regelmäßig zu wiegen. Und ich konnte es kaum glauben: Innerhalb eines Monats sind sieben Kilo runter – und was habe ich mich sonst gequält, um mal ein oder zwei Kilo abzunehmen.“ Sie werde jedenfalls nicht wieder aufhören, auf der Matte zu gehen. Denn bis zu ihrem Idealgewicht müssten schon noch ein paar Pfunde runter. „Und die will ich dann auch nicht wieder drauf bekommen.“

Abnehmen und Wohlfühlen – die Matte macht es leicht

Das Wirkungsprinzip der goFit-Matte ist ebenso einfach wie bestechend: Das tägliche Gehen auf der Matte, ideal sind zweimal 10 bis 15 Minuten, wirkt auf den Organismus wie ein Spaziergang auf einem Kiesstrand – mit erstaunlichen Folgen. Das körpereigene Stütz- und Haltesystem wird aktiviert und der Stoffwechsel angeregt, Gang und Körperhaltung verbessern sich, die Gelenke werden entlastet und stabilisiert. Fast die gesamte Muskulatur und die Rückenmuskeln werden gestärkt.

Vor allem aber – und in diesen Tagen besonders wichtig: Die Matte zeigt dem Winterspeck die Rote Karte. Denn beim Gehen auf der Matte werden mehr Kalorien verbrannt als beim Walken oder Joggen. Dadurch fördert sie auf natürliche und angenehme Weise die Verringerung des Körpergewichts. Nicht zu vergessen: Das tägliche Gehen auf der Matte sorgt

für eine nachhaltige Verbesserung der Schlafeigenschaften und trägt so zum allgemeinen Wohlbefinden und zur seelischen wie körperlichen Gesundheit bei.

In ihrem Ursprungsland, der Schweiz, wird die goFit-Matte seit Jahren mit großen Erfolgen in physiotherapeutischen Praxen, Wellness-Zentren und im Privatbereich eingesetzt. Ihre regelmäßige Nutzung dient der Gesundheitsvorsorge, unterstützt Heilungsprozesse und lindert Beschwerden vielfältiger Art.

Empfohlener Verkaufspreis für Endverbraucher pro Stück: 129 Euro inklusive Mehrwertsteuer.

Mehr Informationen: www.gofit-gesundheit.com

Bezugsquellen:

- Telefon: 0041-71-917 2908
- Internet: www.gofit-gesundheit.com
- E-Mail: info@gofit-gesundheit.com

Hintergrund: Fußreflexzonenmassage heilt und wirkt anregend

In Japan wissen Mediziner schon seit Jahrhunderten um die heilende Wirkung, die das Gehen auf einem Kiesstrand erzeugt. Basierend auf diesem einfachen Prinzip werden in asiatischen Badehäusern künstliche Kiesbeete angelegt, die ganz selbstverständlich vor und nach dem Bad mit nackten Füßen beschritten werden. Begeistert von dieser unkomplizierten Methode, das komplexe Geflecht der Fußreflexzonen zu stimulieren, haben auch die Amerikaner dieses System für viele ihrer Badehäuser übernommen.

Fußreflexzonenmassage basiert auf der Erkenntnis, dass es für jedes Organ des Körpers eine entsprechende Reflexzone auf der Unterseite der Füße gibt. Das regelmäßige Massieren dieser Punkte steigert nicht nur die körpereigene Energie und Abwehrfähigkeit, sondern gilt als eine der wirkungsvollsten Methoden der persönlichen Gesundheitsvorsorge. Die goFit-Gesundheitsmatte ist der Kiesstrand zuhause, im Büro oder unterwegs. Viele Beschwerden körperlicher, aber auch psychischer Art lassen sich durch das Gehen auf der Matte deutlich lindern. Bei einer Fülle von Krankheiten, die mit Medikamenten oder sonstigen therapeutischen Mitteln behandelt werden müssen, ist die Massage der Fußreflexzonen eine sinnvolle Ergänzung der ärztlichen Therapie.

Über die goFit-Fitnessmatte (www.gofit-gesundheit.com):

Die goFit-Fitnessmatte ist eine handliche, 50 x 50 Zentimeter große, an den Ecken abgerundete Matte aus pflegeleichtem, antistatischem Zweikomponenten-Matt-Polyurethan (Kunststoff). Ihre Oberfläche ist einem Kiesstrand nachempfunden, dessen verschieden hohe Kiesel sich nach allen Seiten bewegen können. Diese Eigenschaften machen die Matte zu einem hoch effizienten medizinischen Gerät für die mechanische Fußreflexzonenmassage. Sie basiert darauf, mit den Füßen über einen Untergrund zu gehen, der die gesamten Reflexzonen der Füße gleichmäßig aktiviert. Die goFit-Matte ist sowohl für den Einsatz in Praxen als auch für die Verwendung zuhause konzipiert.

Das regelmäßige Massieren der Reflexzone auf der Unterseite der Füße steigert die körpereigene Energie und aktiviert die natürlichen Abwehrmechanismen. Darüber hinaus gilt die mechanische Fußreflexzonenmassage in der alternativen Medizin als eine der wirkungsvollsten Methoden der persönlichen Gesundheitsvorsorge. Viele Beschwerden körperlicher, aber auch psychischer Art lassen sich durch die Fußreflexzonenmassage mit der Matte

deutlich lindern. Und bei einer Fülle von Krankheiten, die mit Medikamenten behandelt werden müssen, ist die Massage der Fußreflexzonen eine sinnvolle Ergänzung der ärztlichen Therapie.

Kundenkontakt:

goFit Team

Bahnhofstr. 126 b

CH 7220 Schiers

Tel.: 0041-71-917 2908

Fax: +43 (0) 5577-88 162

Mail: info@gofit-gesundheit.com

Internet: www.gofit-gesundheit.com

Pressekontakt:

digit media

Herbert Grab

Schulberg 5

72124 Pliezhausen

Tel.: +49 (0)7127-57 07 10

Mail: herbert.grab@digitmedia-online.de