

Gehen für die Seele

Fußreflexzonenmassage fördert seelisches Gleichgewicht Schweizer Fitnessmatte „goFit“ wirkt gegen Depressionen

Schiers (Schweiz), 27. November 2009 – Nicht nur in der dunklen Jahreszeit leiden viele Menschen unter Verstimmungen bis hin zu Depressionen. Die „goFit“ Fitness- und Gesundheitsmatte aus der Schweiz hilft. Das tägliche Gehen auf der Matte entfaltet eine erstaunlich harmonisierende Wirkung auf das Seelenleben und ist sogar in der Lage, aus Depressionen zu befreien.

So berichtet der Patient Friedrich K. aus Zürich, der lange Zeit mit schweren Depressionen in einer psychiatrischen Klinik in der Nordschweiz behandelt wurde, er habe der goFit-Matte seine Genesung zumindest in Teilen zu verdanken.

Als er so stark depressiv geworden war, dass er sein Klinikbett nur noch verließ, um auf die Toilette zu gehen, legten die dortigen Ärzte den Weg vom Bett zur Toilette mit der Gesundheitsmatte aus. Die täglichen Gänge zeigten eine erstaunliche Wirkung, die selbst von den Medizinern kaum für möglich gehalten worden war: Der Patient erhob sich wieder freiwillig vom Krankenlager und begann, von selbst und ohne äußere Veranlassung auf der Matte zu gehen. Nach einigen Wochen konnte er entlassen werden. Zuhause bestellte er sich sofort eine goFit-Matte. „Die hat mir wirklich geholfen. Jetzt gehe ich täglich mehrmals auf der Matte. Das hält mein Seelenleben so weit im Gleichgewicht, dass ich meinen Alltag wieder bewältigen und positiv sehen kann.“

Einfache Anwendung – erstaunliche Wirkung

Das Wirkungsprinzip der goFit-Matte ist denkbar einfach: Das tägliche Gehen auf der Matte – ideal sind zweimal 10 bis 15 Minuten – wirkt auf den Organismus wie ein Spaziergang auf einem Kiesstrand. Das bringt nicht nur das Seelenleben wieder ins Gleichgewicht, es hilft auch bei Kopf- und Nackenschmerzen, wirkt nachweislich gegen das Restless Legs Syndrom und vielfältige sonstige Beschwerden. So wird der Stoffwechsel angeregt, Gang und Körperhaltung verbessern sich, die Gelenke werden entlastet und stabilisiert, fast die gesamte Muskulatur, vor allem aber die Rückenmuskeln werden gestärkt, Bauch, Beine und Po verlieren Fett und festigen sich. Darüber hinaus werden beim Gehen auf der Matte mehr Kalorien verbrannt als beim Walken oder Joggen. Dadurch fördert die Matte auf natürliche und angenehme Weise die Reduktion 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.: +43 (0)5577-88 152
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