

Vita Beach wird goFit



## **Fußreflexzonenmassage hilft Körper und Seele – Vita-Beach unter neuem Namen „goFit“ in Deutschland – Sonderpreis zum Markstart**

*Schweizer Produkt sorgt für körperliche Fitness und unterstützt Heilungsprozesse*

**Kümmertshausen (Schweiz), 28. Juli 2009 – Gesundheit und Fitness ohne Medikamente, das verspricht die goFit-Fitnessmatte – bisher bekannt unter dem Namen Vita-Beach. Regelmäßiges Gehen auf der Matte sorgt für bessere Durchblutung von Muskeln und Organen, verbessert die Körperhaltung und stärkt das Immunsystem – um nur einige der wohltuenden Wirkungen zu nennen. Die goFit-Fitnessmatte ist ab sofort in Deutschland erhältlich. Die ersten hundert Besteller erhalten die Matte zum Sonderpreis von 99 Euro. Sie sparen damit 30 Euro gegenüber dem regulären Preis.**

In ihrem Ursprungsland, der Schweiz, wird die goFit-Matte, bislang unter der Bezeichnung Vita-Beach-Gesundheitsmatte, 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. Selbst Störungen des seelischen Gleichgewichts lassen sich mit der goFit-Fitnessmatte lindern oder ganz beheben.

Ihr Wirkungsprinzip ist einfach und umfassend: Das tägliche Gehen auf der Matte – ideal sind zweimal 10 bis 15 Minuten – wirkt auf den Organismus wie ein Spaziergang auf einem Kiesstrand. Durch die Instabilität, die beim Laufen auf dem beweglichen Boden entsteht, wird der Körper dazu angeregt, sich selbst in Balance zu halten. Die Folge: Das körpereigene Stütz- und Haltesystem wird auf Schritt und Tritt ausgeglichen. Der Stoffwechsel wird 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. Selbst Verbesserungen des seelischen Gleichgewichts und beispielsweise der Schlafefigenschaften lassen sich durch regelmäßige Anwendung der Matte erreichen.

### **Natürliches Doping – goFit aktiviert das körpereigene Energiefeld**

Mehr noch: Eine unter Leitung von Prof. Dr. Igor Kononenko an der Uni Ljubljana durchgeführte Studie zeigt: Wer vor dem Joggen, dem Sport-Training oder dem Einstieg in seinen Büro-Alltag zehn Minuten auf der goFit-Matte geht, bringt seinen körpereigenen Energiehaushalt auf Trab und meistert die danach folgenden Anforderungen leichter. Denn die Matte aktiviert und stabilisiert nachweisbar das Bioelektrische Magnetfeld (BEM) und setzt so körpereigene Energien frei. Selbst kleine Spaziergänge von einmal täglich zehn

Minuten reichten aus, um die Energie der Probanden nachweislich zu steigern, heißt es im Fazit der Studie.

„Einfacher und gesünder lässt sich der körpereigene Energiefluss nicht verbessern“, kommentiert Dietlinde Haverkamp, Leiterin des goFit-Teams. „Denn die Matte funktioniert ohne jegliche Zufuhr von Medikamenten oder sonstigen Stoffen.“ Kurz: Wer die Matte regelmäßig nutzt, erzielt eine systemische Komplettwirkung, die fast die gesamten Körperfunktionen erfasst.

Kein Wunder, dass Sportmediziner die heilende Wirkung der Matte loben. Helga Freyer-Krause, Senioren-Weltmeisterin im Hochsprung und Physiotherapeutin: „Wer regelmäßig auf unebenem Untergrund barfuß geht, fördert das Zusammenspiel der Muskulatur – und das nicht nur in Füßen und Beinen. Das setzt sich bis in den Rumpf und Nacken fort und verbessert die Ganzkörperkoordination. Sie stehen aktiver und fester und bewegen sich einfach sicherer.“ Für viele Menschen, die unter Einschränkungen ihres Bewegungsapparates leiden, könne die regelmäßige Nutzung der goFit-Matte durchaus Linderung bringen, meint die Fachfrau. Denn die Matte hat natürlich einen entscheidenden Vorteil gegenüber dem Barfußgehen im Garten oder im Wald: „Man ist unabhängig vom Wetter und kann sie einfach in der Wohnung nutzen.“

### **US-Studie: „Gehen auf der Matte verbessert physische Funktionen und wirkt gegen Bluthochdruck“**

Dass die goFit-Matte eine erhebliche Wirkung entfaltet, belegen unter anderem Studien von Dr. K. John Fisher und Kollegen vom Oregon Research Institute, Eugene, USA. Sie hatten 15 Probanden rund vier Monate lang dreimal wöchentlich auf die Matte geschickt. Im Gegensatz zur Kontrollgruppe, bei der sich keine signifikanten gesundheitlichen Verbesserungen gezeigt hatten, stellte die US-Forschungsgruppe bei den Probanden fest, dass sich ihr Blutdruck wesentlich gesenkt hatte. Schlafverhalten und Gleichgewicht hatten sich verbessert, die physische Leistungsfähigkeit gesteigert. „Gehen auf einer Kieselsteinmatte verbessert die physischen Funktionen und den Bluthochdruck bei älteren Menschen“, so das zentrale Ergebnis der Studie. Dr. John Fisher: „Die dadurch hervorgerufene Fußreflexzonenmassage beeinflusst stark den Alterungsprozess, die bisherige Gesundheit wird stabilisiert, eine beginnende Osteoporose verschoben oder gar verhindert.“

Die Leiterin des Zentrums für Krankengymnastik an der Tagesklinik München-Nord, Ulrike Westenrieder, stellt nach einem mehrwöchigen Testlauf fest: „Abgesehen davon, dass ich feststelle, dass die Patienten es lieben, darauf herumzugehen, setze ich die Matte ganz gezielt für ein propriozeptives Training ein. Das dient dazu, den Patienten zu vermitteln, wie sie ihre Muskeln koordinieren können, wenn sie `unsicheres Terrain´ betreten, einen unebenen Boden, einen Weg voller feuchter Blätter oder auch Glatteis.“ Und Angela Mang vom Ambulanten Rehabilitationszentrum München empfiehlt die goFit-Gesundheitsmatte ausdrücklich nicht nur für ältere Menschen, sondern auch für Sportler, die bei Stabilisierungsübungen von den Eigenschaften der Matte profitieren.

### **Sonderpreis zum Marktstart**

Der Prototyp der goFit-Fitnessmatte wurde auf der Weltausstellung für Innovationen „Eureka“ in Brüssel im Bereich gesundheitsfördernde Arbeiten mit dem von Wissenschaftlern begehrten Innovationspreis und der Gold-Medaille mit Urkunde prämiert.

Empfohlener Verkaufspreis für Endverbraucher pro Stück: 129 Euro inklusive Mehrwertsteuer. Dafür gibt's beim Physiotherapeuten gerade mal drei bis vier Fußreflexzonenmassagen. Und das Beste: **Die ersten hundert Besteller erhalten die Matte zum Sonderpreis von 99 Euro. Sie sparen damit 30 Euro gegenüber dem regulären Preis.**

**Bezugsquellen:**

- Telefon: 0043 (0)5577-88 152
- Internet: [www.gofit-gesundheit.com](http://www.gofit-gesundheit.com)
- E-Mail: [info@gofit-gesundheit.com](mailto: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.

**Hinweis für Redaktionen:**

Ein Testexemplar der goFit-Gesundheitsmatte oder Bildmaterial schicken wir Ihnen auch gerne zu. Ihre Anfrage richten Sie bitte an

**Herbert Grab, Digit Media**

Tel.: +49 (0)7127-97 87 10

mobil: +49 (0)179-69 48 500

Mail: [herbert.grab@digitmedia-online.de](mailto:herbert.grab@digitmedia-online.de)

**Über die goFit-Fitnessmatte ([www.gofit-gesundheit.com](http://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  
Sandhofstraße 1a  
AT-6890 Lustenau  
Austria  
Tel.: +43 (0)5577-88 152  
Fax: +43 (0) 5577-88 162  
Mail: [info@gofit-gesundheit.com](mailto:info@gofit-gesundheit.com)  
Internet: [www.gofit-gesundheit.com](http://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](mailto:herbert.grab@digitmedia-online.de)