

Gehen für die Gesundheit

Kopf- und Nackenschmerzen wie weggeblasen Schweizer Fitnessmatte „goFit“ wirkt nachhaltig

Schiers (Schweiz), Oktober 2009 – Kopf- und Nackenschmerzen sind weit verbreitet. Vor allem Frauen leiden häufig unter Verspannungen und den damit einhergehenden Schmerzen. Die „goFit“ Fitness- und Gesundheitsmatte aus der Schweiz beseitigt diese Beschwerden sofort.

Carola Hermsdörfer leidet unter verspannter Nackenmuskulatur und Schmerzen im Nacken- und Kopfbereich. „Dieses Problem begleitet mich schon seit ich denken kann, das ist erblich bedingt“, erzählt sie. „Die Schmerzen sind mitunter ganz extrem.“ Bis sie über einen Artikel in einer Frauenzeitschrift auf die goFit Gesundheitsmatte aufmerksam wurde. „Ich war anfangs ausgesprochen skeptisch und dachte, naja, wird nichts Halbes und nichts Ganzes sein.“ Auf der anderen Seite reizte sie die Aussicht, ihre Schmerzen lindern zu können. Und: „Wenn es wirklich hilft, dann sind 129 Euro für eine Matte absolut angemessen.“

Gedacht, bestellt, getestet. Das Ergebnis: Sensationell, wie Carola Hermsdörfer berichtet. „Ich gehe seither regelmäßig vormittags 15 Minuten auf der Matte. Das hilft derart schnell und deutlich – das hätte ich nicht für möglich gehalten. Wenn ich jetzt merke, dass ich mit leichten Kopfschmerzen oder Nackenschmerzen aufwache, dann gehe ich sofort auf die Matte und die Schmerzen gehen weg.“

Früher habe sie immer wieder Krankengymnastik und Massagen gemacht, erzählt die Marketing-Expertin. „Das hat natürlich auch geholfen, aber immer nur so lange, wie die Verspannungen nicht mehr so stark waren. Jetzt habe ich die Möglichkeit, täglich durch den Gang auf der Matte diesen Verspannungen und Schmerzen effektiv und ohne fremde Hilfe entgegen zu wirken. Die Matte ist ja so handlich, die kann man auch ins Büro oder in den Urlaub mitnehmen.“

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 hilft nicht nur gegen Kopf- und Nackenschmerzen, sondern auch 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. Auch Verbesserungen des

seelischen Gleichgewichts und der Schlafeigenschaften, die ja nicht nur durch RLS beeinträchtigt sein können, wurden bei regelmäßiger Anwendung der Matte beobachtet.

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 von Beschwerden vielfältiger Art.

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.

Mehr Informationen: www.gofit-gesundheit.com

Bezugsquellen:

- Telefon: 0043 (0)5577-88 152
- 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