



Gehen für die Gesundheit

Parkinson-Patient berichtet: Fußreflexzonen-Massage mit goFit löst Muskelverkrampfung nachhaltig

Wien/Mürzhofen, September 2014. Erich Punz ist ein positiver Mensch, der sich nicht unterkriegen lässt. Seit seiner Frühpensionierung wegen fortschreitender Parkinson-Erkrankung ist er aktiv damit beschäftigt, sein Leben lebenswert und seinen Körper fit zu halten. Jetzt hat er mit Fußreflexzonen-Massage auf der goFit-Gesundheitsmatte begonnen. Und er berichtet Erstaunliches: Schon nach wenigen Minuten Gehen auf der Matte lösen sich seine schmerzhaften Verkrampfungen in Schulterbereich.

Seit rund sieben Jahren leidet Erich Punz unter Morbus Parkinson (Rigor), auch Muskelstarre genannt. Bei ihm hat der „Rigor“ vor allem den Schulterbereich erfasst. „Morgens ist der ganze Bereich steif und verkrampft“, erzählt er. Als Mitglied der Parkinson Selbsthilfegruppe Wien versucht er, durch Aus- und Weiterbildungen im Gesundheitsbereich neue Lösungen zu finden, die ihm und seinen Leidensgenossen helfen. Nebenbei ist der rührige Wiener auch Buchautor. Sein Buch, das 2010 verlegt wurde, trägt den Titel „Meine Lust zur Bewegung“.

Vor einiger Zeit stieß Erich Punz auf die goFit-Matte. Und er nutzt sie seither sehr systematisch. „Ich gehe jeden Morgen nach dem Frühstück auf die Matte und beginne hinten links. Dann gehe ich gegen den Uhrzeigersinn und steige quasi hinten rechts wieder aus. Schon nach wenigen Minuten lässt die Verkrampfung spürbar nach, und ich fühle mich deutlich besser.“

Das Gehen auf der Matte kombiniert er mit gezielten Übungen, die den Energiefluss im Körper zusätzlich positiv beeinflussen. „Ich beschäftige mich intensiv mit diesen Dingen und merke schnell, was hilft und was nicht.“ Die Matte jedenfalls wolle er nicht mehr missen. Es sei einfach ein gutes Gefühl, wenn sich die morgendliche Verkrampfung nachhaltig löst und er die Einnahme von Medikamenten reduzieren könne.

Inzwischen hat Erich Punz seiner Kreativität freien Lauf gelassen und ein Lied über die goFit-Matte geschrieben. „Die Matte ist ein Wunderding“, singt er da. Und dass er eine Verbesserung schon nach wenigen Minuten verspürt und sie deshalb jeden Morgen nützt. Der Mann lässt sich nicht unterkriegen.

Fußreflexzonenmassage gilt in der alternativen und zunehmend auch in der klassischen Medizin als eine der wirkungsvollsten Methoden der persönlichen Gesundheitsvorsorge. In ihrem Ursprungsland, der Schweiz, wird die goFit-Matte seit Jahren mit großen Erfolgen in physiotherapeutischen Praxen, Wellness-Zentren und im Privatbereich eingesetzt.

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 Naturheilmatte (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.

Bezugsquellen:

- Telefon: 0043-3865 20200 oder 0043-699 18 15 61 05
- Internet: www.gofit-gesundheit.com
- E-Mail: info@gofit-gesundheit.com

Kundenkontakt:

goFit Gesundheit GmbH
Alpinestraße 2
A-8652 Kindberg
Tel. 0043-3865 20200
Mobil: 0043-699 18 15 61 05
Internet: www.gofit-gesundheit.com
E-Mail: info@gofit-gesundheit.com