

Selbsthilfe durch Taping

Schritt-für-Schritt-Anleitungen - medizinische Hintergründe - Zusatzübungen

Taping für Betroffene Sich selbst zu tapen, kann sehr hilfreich sein und Beschwerden lindern. Aber nur, wenn die Tape-Anlage korrekt ist – anderenfalls sind es nicht mehr als bunte Klebestreifen auf der Haut. Für rund 70 Krankheitsbilder und Symptome erläutert Ramin Ilbeygui (Autor des Fachbuchs Taping) eindrucksvoll das Wichtigste über die medizinischen Zusammenhänge, Maßnahmen, die Sie selbst ergreifen können und wann Sie erst einmal zum Arzt gehen sollten, bevor Sie selbst "herumdoktern". Sie erfahren, wie Sie sich selbst oder mit Hilfe eines anderen tapen können: Dabei helfen Ihnen aussagekräftigen Bilder, bei denen die anatomischen Strukturen auf die Haut gezeichnet wurden sowie Bilder und Erklärungen der einzelnen Taping-Schritte. Das alles macht es Ihnen, die Tapings optimal "nachzukleben" und sich so erfolgreich zu behandeln. Zusätzliche Übungen wie z.B. „Zeichnen Sie mit dem Handgelenk eine liegende Acht“ sind ebenfalls in Bildern präzise dargestellt und runden die Therapievorschläge ab. Auf der beiliegenden DVD werden Ihnen in 20 Videos die wichtigsten Taping-Techniken erklärt.



30,00 €
28,04 € (zzgl. MwSt.)

Nicht mehr lieferbar

Artikelnummer: 9783437454448
Medium: Buch
ISBN: 978-3-437-45444-8
Verlag: Urban & Fischer/Elsevier
Erscheinungstermin: 11.09.2015
Sprache(n): Deutsch
Auflage: Erscheinungsjahr 2015
Produktform: Kartoniert
Gewicht: 665 g
Seiten: 226
Format (B x H): 210 x 269 mm

