



FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD

Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht

FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht

 [Download FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bi ...pdf](#)

 [Online lesen FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht

256 Seiten

Kurzbeschreibung

Übungen, die Wunder wirken.

Der Körper braucht Bewegung. Aber nicht irgendwelche, sondern diejenige, die er wirklich braucht. Die revolutionäre Yogatechnik FaYo wurde im Hinblick auf genau diese Bedürfnisse des Körpers entwickelt: Die neuen, gelenkoptimierten Übungen des Faszien-Yoga aktivieren den Stoffwechsel umfassend und stärken zudem gezielt die gesunderhaltende Kraft des Bindegewebes. Nicht energetisches Arbeiten wie beim herkömmlichen Yoga steht damit im Vordergrund, sondern die heilende Kraft der richtigen Bewegung. Denn gesunde Ernährung und Ausdauertraining allein genügen einfach nicht, um gesund und schmerzfrei zu sein. Hierzu werden im Buch und auf der begleitenden DVD hochwirksame Bewegungsübungen mit der Arbeit mit speziellen Faszienrollen kombiniert und anhand vieler Bilder step-by-step vorgestellt. Das bekannte Autorenteam ergänzt das gängige Yoga-Angebot mit der neuen, innovativen Methode FaYo, dem Schlüssel zu mehr Beweglichkeit, Gesundheit und Lebensfreude.

Inkl. DVD, Spielzeit ca. 46 min.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. Petra Bracht und Roland Liebscher-Bracht begründeten gemeinsam die erfolgreiche Schmerztherapie LNB nach Liebscher & Bracht, mit einem Netzwerk von über 4.000 Therapeuten im deutschsprachigen Raum. Ausgehend von der Schmerzprophylaxe und -behandlung entwickelten die Medizinerin mit Schwerpunkt Ernährungs- und Entgiftungsmedizin und ihr Mann, der Wirtschaftsingenieurwesen studierte und passionierter Kampfsportler und Bewegungsenergetiker ist, eine neue revolutionäre Form des Faszienyoga.

Download and Read Online FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht

#QTEFBVAU7O2

Lesen Sie FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD von Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht für online ebookFaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD von Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD von Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht Bücher online zu lesen. Online FaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD von Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht ebook PDF herunterladenFaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD von Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht DocFaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD von Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht MobipocketFaYo Das Faszien-Yoga: Die enorme Heilkraft des Bindegewebes nutzen - Von den bekannten Schmerzspezialisten - mit Übungs-DVD von Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht EPub