



## Übungen aus der Praxis für Wirbelsäule, Muskulatur, Energiefluss

Aus dem ganzheitlichen Therapiekonzept der Praxis für Naturmedizin werden praktische Übungen für den Alltag vorgestellt, die dabei helfen können, den Energiehaushalt auszugleichen, Stress abzubauen und beweglich zu bleiben.

In mehreren Einzelcoachings (Terminserie von ca. 3-5 Terminen) erlernen Sie Übungen

- zur Aktivierung und Ruhefindung,
- für die Beweglichkeit der Wirbelsäule
- zur sanften Dehnung der Muskulatur
- zur Aktivierung des Lymphflusses

Es wird in Ruhe und in Ihrem Tempo eingeübt, beim nächsten Termin wiederholt und mit weiteren Übungen aufgebaut, alles individuell an Sie angepasst.

Wenn Sie akute Beschwerden des Bewegungsapparats haben, so ist es sinnvoll, vor Beginn der Übungsserie mit manuellen Therapieverfahren zu arbeiten. In den separaten Übungsterminen erlernen Sie passende Übungen, die Ihnen dabei helfen können, dass Beschwerden sich mit der Zeit abbauen, bzw. der Körper sich langfristig stabilisieren kann.

Wenn Sie chronische Beschwerden haben, die sich in keiner akuten Schmerzhaltung zeigen oder wenn Sie einfach vorbeugen möchten, so können Sie die Übungsserie natürlich auch sofort wahrnehmen, ohne zuvor in die manuelle Therapie zu kommen.

Die Terminvereinbarung erfolgt unter

### **Praxis für Naturmedizin**

Diana Deuschle  
Heilpraktikerin  
Max-Planck-Straße 121  
85435 Erding  
Tel: 08122-95 98 838

### **Impressum:**

**Praxis für Naturmedizin**  
Diana Deuschle  
Heilpraktikerin  
Max-Planck-Straße 121  
85435 Erding

**Kontaktdaten:**

**Telefon:** +49 (0) 8122 / 95 98 838

[www.praxisfuernaturmedizin.de](http://www.praxisfuernaturmedizin.de), **e-Mail:** [hp\(at\)praxisfuernaturmedizin.de](mailto:hp(at)praxisfuernaturmedizin.de)

**Berufsbezeichnung:** Heilpraktiker

**Berufsrechtliche Regelung:** Berufsordnung für Heilpraktiker (BOH)

**Zuständige Aufsichtsbehörde:** Landratsamt Erding, Abteilung Gesundheitswesen, Bajuwarenstraße 3, 85435 Erding, Tel: 08122 / 581430

**Steuernummer:** 144/211/10532, Finanzamt Erding

**Haftpflichtversicherung:** Die Continentale, Versicherungsnummer: 131984K50

Ich weise ausdrücklich darauf hin, dass die beschriebenen Therapien auf gar keinen Fall verwendet werden können noch verwendet werden dürfen, um Krankheiten oder Beschwerden selbst zu diagnostizieren und zu behandeln. So stellen die Erläuterungen keine Anleitung zur Selbstbehandlung dar, sondern sollen die jeweilige Methode kurz beschreibend umreißen. Der Text beinhaltet kein Heilversprechen, es kann und darf durch die genannten Therapien kein Heilversprechen gegeben werden.