



Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort



Download



Online Lesen

Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort Art Riggs, Burkhard Hickisch ebook
pdf

Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort

Art Riggs, Burkhard Hickisch

Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort Art Riggs, Burkhard Hickisch

 [Download Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in ...pdf](#)

 [Online lesen Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort Art Riggs, Burkhard Hickisch

256 Seiten

Kurzbeschreibung

Zivilisationsbedingt bewegen wir uns alle zu wenig und zu einseitig. Deshalb haben so viele Menschen Probleme mit der Verhärtung von Muskeln und Gewebe und als Folge davon mit verminderter Beweglichkeit. Tiefen-Gewebsmassage ist eine Technik, mit der Verhärtungen in den tiefen Gewebsschichten zunächst sehr genau lokalisiert und erspürt werden. Mit sanften Massagegriffen wird dann in gezielter und höchst wirksamer Weise Entspannung, Dehnung und Beruhigung der verspannten Partien erreicht. Die Arbeit "in der Tiefe" kann ergänzend in jede herkömmliche Massagebehandlung integriert werden. Daher ist das Buch interessant für jeden, der mit Massage zu tun hat und sein Verständnis von Energiearbeit sowie sein Behandlungsrepertoire erweitern möchte. Der klare Praxisbezug, das überragende Fachwissen des Autors sowie die gelungene Bebilderung machen dieses Buch zum einzigartigen Kompendium einer Massagetechnik, die sich für die Behandlung von zivilisationsbedingten Verspannungen ebenso eignet wie für die gezielte Rehabilitation im Sportbereich. "Der klare Praxisbezug, das fundierte Fachwissen des Autors sowie die gelungene Bebilderung machen das Buch zu einem Grundlagenwerk der Massagetechnik." Klappentext

"Der klare Praxisbezug, das fundierte Fachwissen des Autors sowie die gelungene Bebilderung machen das Buch zu einem Grundlagenwerk der Massagetechnik."

raum&zeit Über den Autor und weitere Mitwirkende

ART RIGGS ist ausgebildeter Rolfing- und Massagetherapeut. Seine Leidenschaft für den Leistungssport brachte den Sportstudenten zur therapeutischen Körperarbeit. Heute ist er in der Rehabilitation für Olympiasieger, Fußball- und Basketballprofis tätig und führt eine Massagepraxis. Er lebt und arbeitet in San Francisco.

Download and Read Online Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort Art Riggs, Burkhard Hickisch #HBNZKVTGUEM

Lesen Sie Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort von Art Riggs, Burkhard Hickisch für online ebookTiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort von Art Riggs, Burkhard Hickisch Kostenlose PDF download, 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 Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort von Art Riggs, Burkhard Hickisch Bücher online zu lesen. Online Tiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort von Art Riggs, Burkhard Hickisch ebook PDF herunterladenTiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort von Art Riggs, Burkhard Hickisch DocTiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort von Art Riggs, Burkhard Hickisch MobipocketTiefen-Gewebsmassage: Die wichtigsten Techniken in Bild und Wort von Art Riggs, Burkhard Hickisch EPub