

Roland Liebscher-Bracht | Dr. med. Petra Bracht

Leseprobe

ROLLE DICH SCHMERZFREI

Das Faszien-Rollen
nach Liebscher & Bracht



Dr. med. Petra Bracht, Roland
Liebscher-Bracht

Rolle dich schmerzfrei
Das Faszien-Rollen nach
Liebscher & Bracht

Bestellen Sie mit einem Klick für 12,99 €



Seiten: 176

Erscheinungstermin: 28. Januar 2019

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Starkes Bindegewebe – weniger Schmerzen

Viele Menschen leiden an Verspannungen, Bewegungseinschränkungen und dauerhaften Schmerzen. Die Ursache hierfür liegt meist in den Muskeln und Faszien. Die bekannten Schmerzspezialisten Liebscher & Bracht haben eine Methode entwickelt, mit der sich Patienten mithilfe von gezielten Bewegungsübungen und Faszien-Rollen bei den meisten Schmerzen selbst helfen können. Der effektive Weg zur Selbsttherapie – ohne Medikamente oder Operationen.

Dieses Buch ist bereits unter dem Titel »Faszien-Rollmassage« (mit DVD) erschienen und liegt nun in einer aktualisierten Taschenbuchausgabe vor (ohne DVD) – inklusive **kostenfreiem Zugang zum Online-Video-Bereich** mit allen Übungen des Buches.



Autor

Dr. med. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht

Die Schmerzspezialisten und Bestsellerautoren **Dr. med. Petra Bracht** und **Roland Liebscher-Bracht** haben die bahnbrechende Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht entwickelt. Ausgehend von der Schmerzprophylaxe und -behandlung begründeten die Medizinerin mit Schwerpunkt Ernährungs- und Entgiftungsmedizin und ihr Mann, der Wirtschaftsingenieurwesen studierte und passionierter Kampfsportler und Bewegungsenergetiker ist, damit eine Revolution in

Dr. med. Petra Bracht
Roland Liebscher-Bracht

ROLLE DICH SCHMERZFREI

Das Faszien-Rollen nach Liebscher & Bracht

GOLDMANN

