

# Physio-Training nach Gabriele Kiesling

Geringer Aufwand, große Wirkung

## Die Anwendungsgebiete:

- Selbstständiges Training, begleitend zur Behandlung in unserer Praxis

## Das ist das Physio-Training nach Gabriele Kiesling:

Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihr Muskel- und Skelettsystem richtig trainieren und einsetzen können. Und zwar ohne technische Geräte und zusätzlichen Zeitaufwand! Wir haben Übungen zusammengestellt, die sich in unserer langjährigen Praxiserfahrung als besonders sinnvoll und praktikabel erwiesen haben.

## Der Erfolg:

- Schnelles und sinnvolles Training
- Stabilisierung der Behandlungserfolge
- Dauerhaft beschwerdefreie Bewegung

## Unsere Empfehlung:

Unser Übungsposter für zu Hause – die anschauliche Darstellung in Text und Bild sorgt dafür, dass sich Ungenauigkeiten bei der Durchführung der Übungen gar nicht erst einschleichen.



Sie erhalten von ein  
doppelseitiges Übungs-  
poster (laminiert) für das  
selbstständige Training.