

Dem Körper helfen, sich selbst zu helfen



„Ich gebe den Impuls, das System des Menschen heilt“, heißt das Motto von Marita Stahl. Sie ist ausgebildete Gesundheitsberaterin für Rücken, Füße und Gelenke und Mitglied im Berufsverband

RÜCKGRAD e.V. Der Wirkungsbereich von Marita Stahl, die an der staatl. gen. Würzburger Berufsfachschule ihre Ausbildung absolvierte, liegt im malerischen „Holunderhof“ in Dexheim. Unsere zivilisierte Lebensweise,

vorwiegend sitzende Tätigkeiten - oft am Bildschirm, moderne Ernährung, mangelnde Bewegung, Stress und Dauerbelastungszustände zählen zu den wesentlichen Ursachen für Verspannungen im Körper und können unser Wohlbefinden immens beeinträchtigen. Alternative Methoden anzuwenden, um weitestgehend ohne Tabletten oder Spritzen, sondern mit sanften Techniken und der eigenen Mithilfe beschwerdefrei zu werden, wird immer beliebter. Kompetent beschreibt die Inhaberin des Instituts an einem Beispiel die Methoden und Möglichkeiten, mit denen sie rückengeplagte Menschen begleitet: „Da ist zunächst die Dorn-Methode mit den von Dieter Dorn speziell für Rückenprobleme entwickelten

Selbsthilfeübungen. Vorbereitend dazu gibt es die Breuß-Massage, die durch die sanfte Massage der Rücken- und Nackenmuskulatur neue Vitalität bringt. Die Methode nach Dr. Arthur Lincoln Pauls trägt ebenfalls dazu bei, Verspannungen im Muskelsystem und Blockaden im Energiesystem zu lösen“, so Marita Stahl. Hinzu kommt eine Spezial-Fußmassage, die an die Fußreflexzonenmassage anlehnt und ebenfalls mit körpereigenen Regenerationskräften arbeitet. „Die Kombination aller Methoden ist als flankierende Maßnahme zur medizinischen Therapie bestens geeignet“, klärt Frau Stahl weiter auf. Wichtig ist ihr besonders, das ursprüngliche Potential der Selbstregulation zu aktivieren, um den Menschen zu mehr Wohlbefinden zu verhelfen, ihre Lebensqualität zu verbessern, zu erhalten oder wiederherzustellen.

REDAKTION F.Z. FOTO J.K.




MARITA STAHL
Praxis für ganzheitliche Gesundheit

In den Rohrwiesen 12 b
55296 Harxheim
Fon 0 61 38 - 97 69 13
info@praxis-marita-stahl.de
www.praxis-marita-stahl.de