



**Sie möchten innert kürzester  
Zeit wieder schmerzfrei gehen?**



**kyBoot**

walk-on-air

Shop Roggwil



## **Sprechstunden für Schmerz- und Arthrose-Patienten**

Gesundheits-Checkup für  
nur CHF 20.–

**Datum:** Donnerstag, 26.10.2017

**Ort:** kyBoot Shop Roggwil  
Mühleweg 4  
9325 Roggwil TG

**Zeit:** 09:00 bis 12:00 Uhr  
13:30 bis 18:00 Uhr

Jetzt anmelden unter [www.kybun.ch/spr](http://www.kybun.ch/spr)  
oder per Telefon: **071 454 65 08**



mit **Andy Egli**,  
Schweizer Fussball-  
Legende



mit **Karl Müller**,  
Erfinder kybun «Swiss  
Natural Walking»



mit **Peter Roth**,  
Physiotherapeut und  
Inhaber medfit AG

## **Verspannungen als Hauptursache fast (\*) aller Rücken-, Knie- und Fussbeschwerden**

### **Psychischer Stress verspannt die Muskulatur**

Wenn Ihnen etwas «auf dem Magen liegt» verspannt fast immer der Rücken. Psychischer Stress wirkt über die Organe wie Übersäuerung des Magen, Verstopfung im Darm, Dysfunktion von Leber und Niere und hoher Blutdruck im Herz und vieles mehr. Alles zusammen führt zum sogenannten «Internal Stress», was immer Muskelverspannungen zur Folge hat.

### **Stress durch Mangel an Vitalstoffen**

Qualitativ schlechte Ernährung übersäuert den Körper, verklebt Faszien und verspannt die Muskulatur.

### **Auch körperlicher Stress verspannt die Muskulatur**

- Sitzen ist das neue Rauchen – es verklebt die Faszien, und löst ebenfalls Muskelverspannungen aus.
- Die Millionen von Schritten im Laufe des Lebens auf den flachen, harten Böden in Absatzschuhen lösen nicht weniger Stress und Verspannungen aus.

### **Die Gelenke als Opfer verspannter Muskeln**

Verspannte Muskeln überlasten und verklemmen Hüft-, Knie-, Fussgelenke und Bandscheiben und darum ist es unsinnig, Gelenke oder Bandscheiben zu operieren. Und deshalb ist es in den meisten Fällen einfach möglich, durch Entspannung der Muskulatur schmerzfrei zu werden.

### **Muskeln federnd hüpfend entspannen**

Ebenso wie bei der Ernährung, ist auch bei der Bewegung die Qualität entscheidend wichtig. Die federnd hüpfende Schwingung ist die perfekte Entspannungsbewegung, die dem Menschen so in die Wiege gelegt wurde. Sie ist nicht nur die Lieblingsbewegung jedes Kindes, sie lässt fast jeden Rücken-, Hüft-, Knie und Fusschmerz zum Verschwinden bringen.

### **Beweglichkeit – Balancierfähigkeit – Schmerzfreiheit**

Auf weich-elastischen Materialien – wie auf einem Trampolin zu Gehen und Stehen, verbunden mit wenigen Übungen ermöglicht es vielen Menschen (wieder) ein Leben lang schmerzfrei zu gehen.

**\*)** Rücken-, Knie- und Fuss- und andere Beschwerden am Bewegungsapparat können auch andere Hintergründe haben wie Rheuma etc.

**«Swiss Natural Walking» ist eine einfache Methode, den Teufelskreis von Verspannungen, Blockaden, Abnützungen und Schmerzen zu durchbrechen.**

Melden Sie sich jetzt für nur CHF 20.– zu Ihrer Sprechstunde an und erleben Sie eine beschwingte, entspannende und wahrscheinlich schmerzlindernde Stunde.

Messen Sie den Zustand Ihres Immunsystems mit dem Hautscanner «Biozoom» und testen Sie die Gesundheit Ihrer Füsse an unserer Fussdruck-Messstation.

#### **Überblick über das Sprechstunden-Angebot:**

**15 Min.**

#### **Individuelle Sprechstunde mit diversen Messungen**

Kommen Sie in den Genuss einer ganz individuellen Beratung unserer Gesundheits-Experten.

- Persönliche Beratung durch eine Fachperson (dipl. Physiotherapeutin oder Dipl. Sportlehrer II ETH)
- Persönliche Ganganalyse
- Fussdruckmessung und Sensomotorik-Test

**30 Min.**

#### **Gruppen-Sprechstunde**

In der 30-minütigen Einführung in der Gruppe erleben Sie das wohltuende und befreiende «Swiss Natural Walking» auf vielfältige Weise:

- Sie werden von einer Fachperson (dipl. Physiotherapeutin oder Dipl. Sportlehrer II ETH) angeleitet und instruiert.
  - Sie erkennen in dieser Lektion den Wert des natürlich, balancierenden Gehens und optimieren Ihren eigenen Gang mittels Übungen des Swiss Natural Walkings.
  - Fussdruckmessungen, Sensomotorik-Test und -Übungen helfen Ihren Gang leicht und schmerzfrei zu machen.
  - Messen Sie den Zustand Ihres Immunsystems mit dem Hautscanner «Biozoom».
- Die Plätze sind beschränkt auf 10 Personen.

**Jetzt anmelden unter [www.kybun.ch/spr](http://www.kybun.ch/spr)**



«kyBoot fördern das Gleichgewicht und aktivieren die Muskulatur: Sie sind hilfreich in der Behandlung von Fersen- und Vorfußschmerzen und werden gerne zur unterstützenden Behandlung bei Achillessehnen- und Rückenschmerzen eingesetzt.»

**Dr. Markus Müller,**  
**Praxis für Fußchirurgie, Luzern**

**kyBoot**  
walk-on-air Shop Roggwil

kyBoot Shop Roggwil  
Mühleweg 4  
9325 Roggwil TG

Tel. 071 454 65 08  
Fax 071 454 65 01

roggwil@kybootshop.ch  
www.kybun.ch/roggwil

