



Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt

Kay Bartrow

Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt Kay Bartrow

 [Download Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt ...pdf](#)

 [Online lesen Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspan ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt Kay Bartrow

112 Seiten

Kurzbeschreibung

Wirksame Alternativen zu

Knirscherschiene, Migränemittel und Co.

Knackt und knirscht es beim Sprechen, Lachen oder herzhaften Beißen in einen Apfel? Leiden Sie häufig unter Kopfschmerzen, für die keine Erklärung gefunden werden kann? Haben Sie Schmerzen am Ohr, Ohrgeräusche oder leiden Sie unter Tinnitus? Die Ursache kann eine Störung an einem kleinen Gelenk mit großer Wirkung sein: dem Kiefergelenk.

Übungen mit Soforteffekt

Mit kleinen Übungen, die sich perfekt in den Alltag einbauen lassen, können Sie Kiefer-, Kopf- und Nackenschmerzen gezielt selbst mindern.

Diagnose-Test fürs Kiefergelenk: Finden Sie heraus, ob die Beweglichkeit eingeschränkt ist und wo genau es klemmt. Ein Fragebogen und ein Motoriktest helfen Ihnen dabei.

Die passenden Übungen genau für Ihr Problem: Ob Seiltrick, Geldtransporter oder Mundwinkelheber: Stellen Sie sich ein Übungsprogramm zusammen, das speziell auf Ihre Beschwerden abgestimmt ist.

Auch wenn wir zugeben, dass Sie sich bei einigen Übungen wirklich nicht erwischen lassen sollten, weil Sie bei Zuschauern für herzhaftes Lachen sorgen könnten: Ihr Kiefer wird es Ihnen danken. Effizienter und einfacher haben Sie noch nie gegen Kiefersperre, Kopfschmerzen und Zähneknirschen angeübt.

Kay Bartrow ist Physiotherapeut in einer großer Praxisgemeinschaft in Balingen und hat sich auf Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) spezialisiert. Er ist Lehrbeauftragter für Physiotherapie und gibt seit 2006 Fortbildungs-Kurse für Physiotherapeuten. Über den Autor und weitere Mitwirkende
Kay Bartrow ist Physiotherapeut in einer großer Praxisgemeinschaft in Balingen und hat sich auf Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) spezialisiert. Er ist Lehrbeauftragter für Physiotherapie und gibt seit 2006 Fortbildungs-Kurse für Physiotherapeuten.

Download and Read Online Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt Kay Bartrow #IHMLB03E56R

Lesen Sie Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt von Kay Bartrow für online ebook
Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt von Kay Bartrow Kostenlose PDF d0wnl0ad, 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 Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt von Kay Bartrow Bücher online zu lesen. Online Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt von Kay Bartrow ebook PDF herunterladen
Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt von Kay Bartrow Doc
Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt von Kay Bartrow Mobipocket
Übeltäter Kiefergelenk: Endlich wieder entspannt und schmerzfrei: 60 Übungen mit Soforteffekt von Kay Bartrow EPub