

Das KnieheilmBuch

Mit einfachen Übungen elastisch und
schmerzfrei

Gebundene Ausgabe

10,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



- Nie wieder Schmerzen im Knie!
- Speziell entwickelte Übungen – einfach und überall durchzuführen.

185x130x5mm (LxBxH)

1. Auflage 2020

Umschlag/Ausstattung: 75

Farbfotos, 2 Farbzeichnungen,

Seiten: 72

EAN: 9783776628531

Art.-Nr.: 42853

KOSMOS

Produktinformationen "Das Knieheilmittelbuch"

Kniebeschwerden können uns im Alltag stark beeinträchtigen. Mit diesem Programm kann man sie dauerhaft verschwinden lassen. Die einfachen Übungen zur Selbstheilung werden von Inka Jochum seit über dreißig Jahren erfolgreich angewendet. Sie lösen Energieblockaden, stärken Muskeln und Sehnen und schenken neue Geschmeidigkeit und Elastizität. Da Knieschmerzen immer auch mit einer korrekten Körperhaltung, mit der Stellung von Füßen und Becken und mit dem Gleichgewicht zu tun haben, arbeitet das Heilprogramm ganzheitlich und kann bei Knieschmerzen aller Art angewendet werden.

