

Hecker H.U./ Liebchen Kay Aku-Taping - sanft gegen den Schmerz

Leseprobe

[Aku-Taping - sanft gegen den Schmerz](#)

von [Hecker H.U./ Liebchen Kay](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b8249>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

Email info@narayana-verlag.de

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



1 Finger- und Handstrecker-Tape

INFO

Wann

- Schmerzen im Bereich des Handgelenks
- Gefühlsstörungen im Bereich der Hand (Karpaltunnelsyndrom)
- Schmerzen im Bereich des Ellenbogens
- Tennisellenbogen
- Sehnscheidenentzündung
- Ekzeme

Wie viel

- Anzahl der Tape-Streifen: 2

Wo

- **Erster Tape-Streifen:** Vom Handrücken einschließlich über die dem Körper zugewandte Seite des Unterarms bis über den äußeren Ellenbogen (2).
- **Zweiter Tape-Streifen:** Vom äußeren Ellenbogen über die dem Körper zugewandte Seite nach unten über den inneren Ellenbogen (3).

Vordehnung und Anlegen des Tapes

Vordehnung

Strecken Sie den Ellenbogen durch, beugen Sie das Handgelenk möglichst weit und bewegen Sie die Handinnenfläche in Richtung Unterarm (1). Drehen Sie dann die gebeugte Hand im Handgelenk Richtung Kleinfinger (2).

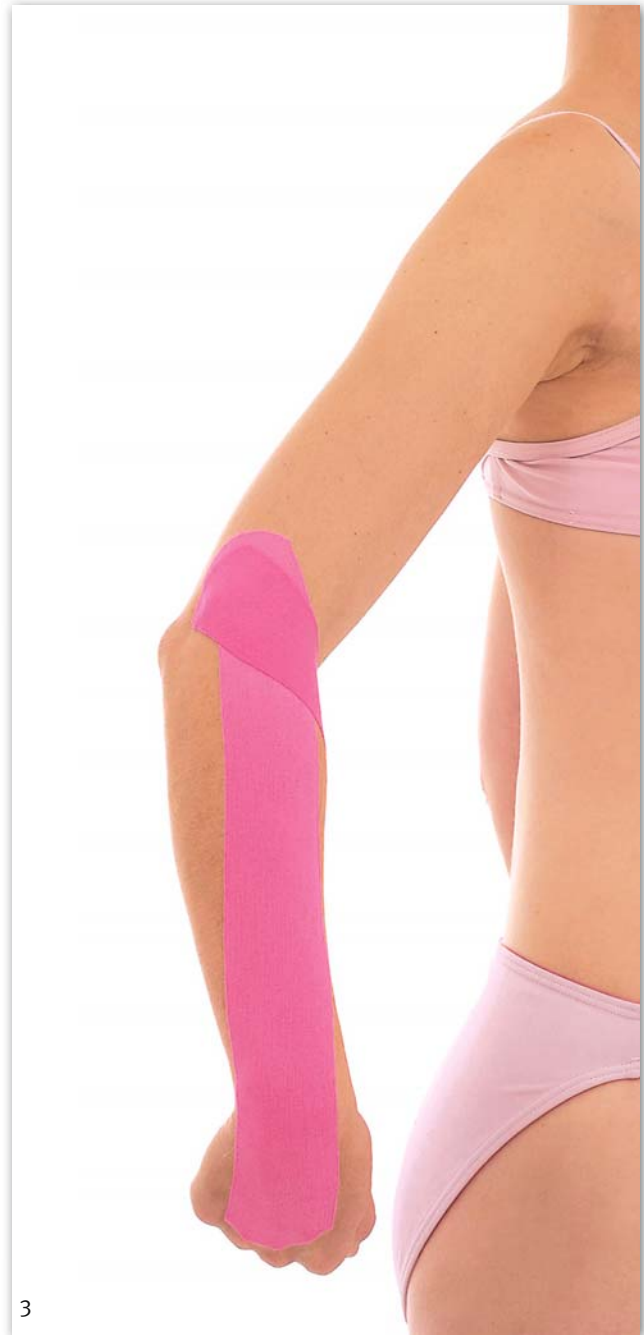
Anlegen des Tapes

Der erste Tape-Streifen wird vom Handrücken über das Handgelenk, den Unterarm und weiter über die dem Körper zugewandte Seite des Ellenbogens bis über den äußeren Ellenbogen geklebt (2).

Der zweite Tape-Streifen wird vom äußeren Ellenbogen zum Körper hin und dann schräg nach unten bis etwa zur Ellenbeugenmitte aufgetragen (3).

Bitte beachten

Dehnen Sie die Tape-Streifen beim Kleben nicht oder nur sehr wenig. Der erste Tape-Streifen soll vom Handrücken aus die Außenseite des Handgelenks weiträumig bedecken.

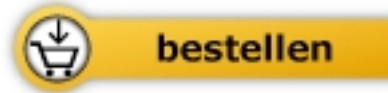




Hecker H.U./ Liebchen Kay

[Aku-Taping - sanft gegen den Schmerz](#)

112 Seiten, kart.
erschienen 2010



Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de