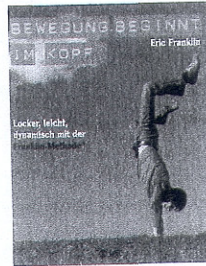


**VAK****VAK Verlags GmbH**Presse  
Eschbachstraße 5  
79199 Kirchzarten bei Freiburg  
DEUTSCHLANDTelefon +49 (0) 76 61 / 98 71 53  
Telefax +49 (0) 76 61 / 98 71 99  
E-Mail: Presse@vakverlag.de

## Pressespiegel

E. Franklin

Bewegung beginnt im Kopf

*Eric Franklin:***Bewegung beginnt im Kopf**Locker, leicht, dynamisch mit der Franklin-Methode®  
168 S., 2farb., pb Fadenh.,  
EUR 15,95 (D), EUR 16,40 (A), sFr 29,00  
ISBN 978-3-86731-004-8  
VAK Verlags GmbH Kirchzarten bei Freiburg, 2007

Bewegung beginnt im Kopf – mit diesem Ansatz ist die Franklin-Methode® nicht nur in Sport und Tanz erfolgreich, sie macht auch in Beruf und Alltag das Leben leichter. Weit über 100 einfache Bewegungsübungen – kombiniert mit einprägsamen Vorstellungsbildern – führen zu faszinierendem Erleben der eigenen Anatomie. Der Übende wird gelenkiger, Verspannungen

lösen sich, Rückenschmerzen werden gelindert, die Atmung verbessert, sportliches Training leichter und effektiver gemacht.

Das Buch ist die überarbeitete Neuauflage des 1989 im Selbstverlag erschienenen Buches „Hundert Ideen für Beweglichkeit“.

Die Franklin-Methode® ist eine einzigartige, bewährte Kombination aus einprägsamen Vorstellungsbildern und sanften Bewegungsübungen. Wirkungsvoll führt sie zu faszinierendem Erleben des eigenen Körpers und sorgt zugleich für lockere, entspannte Muskeln, verbesserte Atmung und Körperhaltung, mehr Beweglichkeit u.v.a.m.

**Tipp:**

Ein Arzt beaufsichtigtes Training wird als Praxisangebot durch eine motivierte MTA für betroffene Patienten eine große Hilfe, für die Praxis ein Gewinn. Im Kurs erlernt, kann dem „Fortgeschrittenen“ dann das Buch zum weiteren Training zu Hause empfohlen werden, um von Kopf bis Fuß locker, dynamisch und weitgehend schmerzfrei zu bleiben. arks

Naturheilkunde Journal

S. 53

11/2007

(Auflage: 15.000)