



## Fit im Job mit entspanntem Rücken

Haben Sie immer eine natürliche entspannte Haltung am Arbeitsplatz? Oder gehören Sie eher zu den Menschen, die viel sitzen oder stehen müssen und die am Abend verspannt sind? Fühlen Sie selbst. Wenn Sie zu dem Ergebnis kommen: „Oh, ich bin ja ziemlich verspannt“, dann sollten Sie etwas tun, damit die Verspannungen nicht chronisch werden. Denn bei chronischen Verspannungen drücken die angespannten Muskeln auf die Nerven entlang der Wirbelsäule und die Wirbelsäule nimmt meistens eine unnatürliche Haltung ein, um die Verspannungen auszugleichen

Vitametik® - kann Verspannungen lösen

Die Vitametik® ist eine Anwendung, bei der Wirbelsäule, Nervensystem und Muskulatur entspannt werden. Ein schneller, sanfter Impuls dort, wo die Verspannung am stärksten ist, kann für eine optimale Entspannung sorgen. Nervenimpulse können wieder ungehindert fließen und die Wirbelsäule kann dann ihre natürliche Haltung einnehmen. Man fühlt sich fit und kann mit Schwung und Energie an die Arbeit gehen.

Weitere Informationen finden Sie im Buch „Vitametik® – eine Antwort auf Stress“ von Volker Hoffmann. ISBN 3-927 389-32-3, € 18,00, auch als Hörbuch erhältlich: ISBN 3-927 389-33-1, € 18,00.

Informationen über die Vitametik® und die Adressen der Vitametik®-Praxen erhalten Sie beim:

Das Buch erhalten Sie beim Verlag oder in jeder Buchhandlung.

**Berufsverband für Vitametik® e.V. (BVV)**  
**Geschäftsstelle**  
Fliederweg 16  
76275 Ettlingen  
Tel. 0180 5 007301  
eMail: [info@vitametik.de](mailto:info@vitametik.de)  
[www.vitametik.de](http://www.vitametik.de)

**ART & GRAFIK VERLAG**  
Fliederweg 16  
76275 Ettlingen  
Tel. 07243 91270  
Fax 07243 949220  
eMail: [info@art-grafik-verlag.de](mailto:info@art-grafik-verlag.de)