



**Heike M. Backes**

ist Dipl. Oecotrophologin, Betriebswirtin (VWA) und UGB-Gesundheitstrainerin – Bewegung / Entspannung. Sie leitet ein Vital- und Gesundheitsstudio in Schramberg. Als Geschäftsführerin der LadyVit System

GmbH & Co. KG hat sie seit 2005 bei der Gründung von über 30 Vital- und Gesundheitsstudios im In- und Ausland mitgewirkt.

**Kontakt:**

Albert-Moser-Straße 15, D-78713 Schramberg  
Tel. 07422 / 560050, Fax: 07422 / 5600510  
beratung@ladyvit.de, www.ladyvit.de

selbst aufgebaut, erhalten und gestärkt. Insbesondere betrifft dies die wenig genutzten, atrophierten Muskeln.

- Verbesserung von Haltung, Gangbild und Beweglichkeit.
- Entschlackung, Entgiftung und Entsäuerung durch „Schüttel-effekt“ begünstigt.
- Verbesserte Durchblutung
- Gewebestraffung

Parkinsonbetroffene leiden unter erhöhten Muskeltoni und oft unter schmerzhaften Verspannungen. Durch das Vibrationstraining werden Hornungs Beobachtungen zufolge die Durchblutung und der Lymphstrom angeregt und der Muskeltonus deutlich abgesenkt. Der Patient verspürt eine starke Linderung und ist deutlich beweglicher. Durch die verbesserte Durchblutung und die Absenkung des Muskeltonus lässt sich auch die Zellregenerationsfähigkeit anregen. Die Erfahrung der vergangenen zwei Jahre zeigte, dass es sich empfiehlt, das Training im Zwei-Tage-Rhythmus zu wiederholen.

- Umfangreduktion
- Anregung der Wirbelsäulen-Beweglichkeit
- Geeignet zur Prophylaxe und Therapie von Bandscheiben-Problematisken
- Stimulation von Serotonin, Melatonin und somatotroper Hormone
- Die BMS unterstützt andere Maßnahmen (z. B. Gabe von Aminosäuren oder Enzymen sowie isometrischen Übungen), sodass eine Potenzierung der Wirkungen eintreten kann.

**BMS in der Prävention**

Auch in unseren Vitalstudios beobachten wir schon nach wenigen Wochen des Trainings eine deutliche Verbesserung der Durchblutung. Gleichzeitig berichten die Anwender/innen, dass sie sich energiegeladener fühlen.

**Das Bestechende an der Arbeit mit dem Vibrationstraining ist für mich dessen enorme Verträglichkeit und die schnelle positive Wirkung.**



Das hat natürlich auch Einfluss auf das Aussehen. Eine bessere Durchblutung sorgt für straffere Haut, die dann frischer und jugendlicher wirkt. Da der Stoffwechsel außerdem angeregt wird, tritt oft als angenehmer Nebeneffekt eine Gewichtsabnahme auf. Weil das Training auch entschlackend wirkt, sollte in dieser Phase reichlich Wasser – über den Tag verteilt – getrunken werden.

Die Vibrationstherapie führt darüber hinaus zu einer schnellen Verbesserung der Blutzuckerwerte. Diabetiker sollten daher während der Behandlungsphase regelmäßig ihre Werte kontrollieren, um die Gefahr einer Unterzuckerung zu vermeiden.

Diese positiven Wirkungen werden durch die Erfahrungen von Dr. med. Udo Kessler, praktischer Arzt mit Weiterbildungen in femöstlichen Heilmethoden, Naturheilkunde und Homöopathie, bestätigt. Seit 2003 ist er ärztlicher Leiter des BeWell-Zentrums für AntiAging in Weinheim.

**Nach Dr. med. Kessler lassen sich die Wirkungen der Vibrationstherapie wie folgt zusammenfassen:**

- Alle Muskelgruppen und -fasern werden multidimensional erfasst, trainiert und in sich

**Literaturhinweise**

G. A. Ulmer: Neue Wege zu Gesundheit und Wohlbefinden. Günter Albert Ulmer Verlag, Tübingen

Prof. Dr. habil. Vladimir T. Nazarov: Optimierung des Menschen. 1. deutsche Ausgabe 1996

MU Dr. Ursula Herrmann: Biomechanische Stimulation – „Wiederbelebung“ für den Körper. (Kurzinformation zur BMS für Fachkreise) Selbstverlag, 1996, überarbeitete Auflage September 2003

Erfolgreiches neues Behandlungskonzept gegen Harn-Inkontinenz entwickelt, Gero's Internationaler Medizin-Report, Nummer 7, Juli 2003