

Gesunder Rücken, stabiles Fundament für Ihr ganzes Leben

G&S Coaching ist das offizielle „IDIAG SpineCheck Rücken-Center“ im Glarnerland.

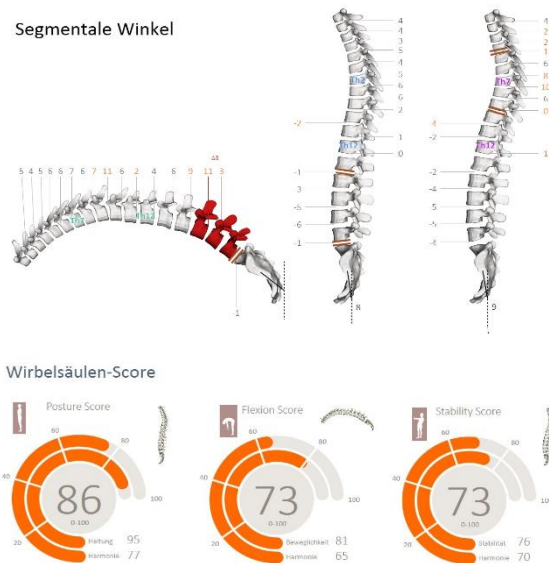
Lassen Sie Ihren Rücken bei uns Scannen.

80% der Bevölkerung leiden mindestens einmal in ihrem Leben an Rückenschmerzen. Damit es erst gar nicht so weit kommt oder falls bereits Beschwerden da sind, sollte die Rumpfmuskulatur trainiert werden. Die Bewegungs- und Haltungskompetenz im Rumpf- und Beckenbereich sind entscheidende Grössen. Bei gutem Zustand ermöglichen sie effiziente Bewegungsabläufe – eine Voraussetzung für den beschwerdefreien Alltag. Was ist aber, wenn nun plötzlich Rückenschmerzen auftreten? Wie wird der Zustand untersucht, dokumentiert und Veränderungen gegenüber dem Patienten visualisiert?



Da jeder Rücken individuell ist, ist für eine möglichst effektive und zielgerichtete Trainingsplanung zuvor allerdings eine sorgfältige Analyse der Wirbelsäule wichtig.

Eine Analyse mit der Idiaq M360 erfasst strahlenfrei Haltung, Beweglichkeit und Stabilität des Rückens. Die Analyse liefert die Grundlage, um gezielte präventive oder therapeutische Massnahmen zu ergreifen wie z.B. die Kräftigung der Rückenmuskulatur oder die Mobilisierung blockierter Wirbelsäulensegmente. Verständliche Grafiken veranschaulichen den aktuellen Zustand des Rückens. So können nachhaltig Rückenbeschwerden vorgebeugt oder gelindert werden.



Wir möchten Personen mit und ohne Rückenbeschwerden zu einem Rückenscan mit der Idiaq M360 animieren, um gezielte präventive oder therapeutische Massnahmen zu ergreifen wie z.B. die Kräftigung der Rumpfmuskulatur oder die Mobilisierung blockierter Wirbelsäulensegmente. So können nachhaltig Rückenbeschwerden vorgebeugt oder gelindert werden.

Die gesamte Untersuchung dauert eine Stunde. Lassen Sie sich scannen, lernen Sie Ihren Rücken besser kennen und lassen Sie sich erste Trainingstipps von Martin Hunziker geben.

Vereinbaren Sie am besten gleich mit einem Klick "Mail an Martin" einen Termin für Ihre persönliche Rückenanalyse.

G&S Coaching

Poststrasse 3 ■ 8755 Ennenda

+41 55 640 16 78 ■ info@gs-coaching.ch ■ www.gs-coaching.ch