

*Es gibt viele Dinge,  
die Sie selbst tun können.  
Das Wohlergehen Ihres Körpers  
liegt in Ihrer Hand!*

*Anmeldung erforderlich!  
Termine auf Anfrage!*

## Rückenschule & mehr

Interesse geweckt?

Die therapeutischen Ziele in der Gruppe sind:

- Aufklärung (rückengerechtes Verhalten, Literaturhinweise, neuste wissenschaftliche Erkenntnisse und vieles mehr)
- Schmerz beseitigung bzw.-reduzierung
- Verhütung von Rückfällen
- Verhinderung von langwierigen Beschwerden und Chronifizierungen
- Sie werden angeleitet selbständig...
  - aktuelle Beschwerden zu behandeln.
  - vorbeugend aktiv zu werden und künftig Beschwerden zu vermeiden.
  - akut auftretende Schmerzen schnell unter Kontrolle zu bekommen.

Roter Laden ist das Mc Kenzie Konzept!

Mehr Informationen finden Sie unter [www.mckenzie.de](http://www.mckenzie.de) .

Individuelles Arbeiten ist möglich, da es sich um kleine Gruppen handelt.

## Rückenschule & mehr