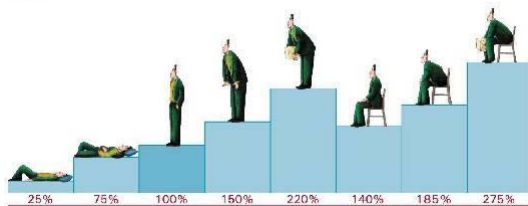


**Sitzen** bei der Arbeit, **sitzen** Zuhause, **sitzen** beim Essen, **sitzen** beim Fernsehen, **sitzen** in der Kneipe, **sitzen** im Kino, **sitzen** beim...

Im Durchschnitt sitzen wir 8 Stunden am Tag.

Was viele nicht wissen ist, dass eine sitzende Haltung für Ihren Rücken eine sehr starke Belastung ist.

Sitzen ist Topsport für Ihre Wirbelsäule, Bänder, Bandscheiben und Muskeln. Die Belastung der Wirbelsäule im Sitzen ist mindestens 140% höher als im Stehen.



Nach einer erhöhten Belastung verlangt der Rücken eine Ruhezeit, damit er sich erholen kann.

Wenn Sie am nächsten Tag die gleichen Belastungen haben ohne dass der Rücken sich komplett erholt hat, werden sich auf Dauer Schmerzen und Verspannungen entwickeln.

**Eine Fehlhaltung verursacht:**



① **Kopfschmerzen**  
Konzentrations-/Leistungsminderung  
Schulter-/Nackenbeschwerden

② **Rückenbeschwerden**

③ **Eingeschränkte Atmung**  
Gestörte Magen-/Darmfunktion

④ **Durchblutungsstörungen der Beine**  
(Krampfadern)

Therapieformen, wie Physiotherapie und Massagen sind jetzt angesagt, aber das kostet viel Zeit. z.B. Termine vereinbaren, Anfahrt, Wartezeit, Behandlung und wieder zurück zur Arbeit.

**Das können wir jetzt für Sie ändern.**

Wir kommen zu Ihnen, an Ihren Arbeitsplatz.

Wir bieten Mobile Massagen an für alle mit Verspannungen, Schmerzen oder einfach zum Wohlfühlen.

Wir sind professionell ausgebildete Therapeuten, die wissen, was wir für Sie tun können.

Wir bringen alle benötigten Materialien mit, Sie brauchen sich nur 20-30 Minuten Zeit nehmen.

Es verwundert nicht, dass immer mehr Unternehmer in Deutschland mobile Massageteams engagieren und sogar die Rechnung für die Massagebehandlungen übernehmen. ( Steuerlich absetzbar!). In anderen Fällen bezahlen die Arbeitnehmer die Therapie selbst.

Preise für Unternehmen

Gezielte Rücken – Nackenmassage  
20 Minuten

Ab 3 Personen 18 € p.P.

Ab 5 Personen 17 € p.P.

Ab 10 Personen 16 € p.P.

6er Karte -5%  
10er Karte -10%