

PRESSEMELDUNG

OSTEOPATHIE – SURFEN IM KÖRPER

Autoren: D.O.Thomas Klein / Joseph Schoeninger

1.Auflagen 2007, Hardcover

Verlag: Med-Ko, Augsburg

ISBN: 13:978-3-00-019692-8 (bitte immer angeben)

Das Buch von Thomas Klein und Joseph Schoeninger geht neue Wege um osteopathische Medizin vorzustellen. Es richtet es sich an aktive Menschen, an Männer und Frauen, an junge wie ältere Leser, an Breiten- und Leistungssportler, die mehr über die osteopathischen Behandlungstechniken und die Aktivierung der Selbstheilung erfahren möchten. Gerade durch die Behandlungserfolge bei Weltklasse-Athleten und Top-Managern ist die Osteopathie in aller Munde.

Thomas Klein: „Die moderne Osteopathie ist eine kombinierte anatomische Medizin und ist additiv zur Schulmedizin zu verstehen. Dieses Buch definiert die Osteopathie in einfachen Worten. Was kann der Patient in der Behandlung erwarten, wie wirken die angewandten Techniken des Osteopathen und die Selbstheilungskräfte, die im Körper des Patienten in Gang gesetzt werden. Von Säuglingen bis ins Greisenalter kann der Osteopath helfen, nicht zerstörtes Gewebe zu heilen und Linderung für gestörtes Gewebe erreichen.“

Das Buch integriert des weiteren Themenbereiche, die die ganzheitliche Philosophie der Osteopathie erklären. Ein Kapitel widmet sich komplementären Heilmethoden wie Akupunktur und Homöopathie. Thomas Klein: „Ich empfehle meinen Patienten zur Gesundung immer sich ergänzende Behandlungstechniken. Das kann die Osteopathie sein, die Schulmedizin, oder Akupunktur, Homöopathie und andere sanfte Techniken, die individuell verschieden sind.“

Das Thema Ernährung wird eingehend erläutert mit besonderem Augenmerk auf die Vitalstoffe der Natur. Thomas Klein: „Die Nahrung, die Getränke und die Luft sind jene Elemente, die wir direkt zu uns nehmen. Wir verlangen von unserem Körper jeden Tag Leistungen vergleichbar mit dem eines Ferrari. Ein Formel-1-Auto funktioniert auch nicht, wenn man minderwertigen Kraftstoff tankt. Gerade der Sport an der frischen Luft ist nach dem Büroalltag zu empfehlen, da man die Kräfte der Natur und Sonne mit aufnimmt.“

Thomas Klein behandelt als Osteopath seit 15 Jahren Weltklasse-Athleten. Durch diese Erfahrung profitiert jeder einzelne Patient: „Hochleistungssportler sind hochsensibel, was ihren Körper betrifft. Je besser der Körper ausbalanciert ist, umso besser sind die Leistungen, die im Sport erbracht werden können. Zum Beispiel kann man bei einem Speerwerfer durch eine gezielte Einstellung des Kiefergelenks und Optimierung seiner Statik erreichen, dass er mehr Leistung, ergo mehr Weite beim Speerwurf, abrufen kann und gleichzeitig sein Bewegungsapparat gestärkt wird. Das ist sehr diffizill und in sehr kleinen Nuancen beim Sportler einzustellen.“

Viel Raum haben im Buch die Energien von Körper, Seele und Geist, wie sie der Philosophie der Osteopathie entsprechen. Joseph Schoeninger: „Unsere Gesundheit, unser körperliches Wohlbefinden und jeder Moment unseres Lebens steht in Beziehung zu den Energien, die wir denken, fühlen und verbreiten. Gerade negative Energien wie Stress, Ärger, Angst und die allgegenwärtigen beharrenden Kräfte sind vielfach Erstsursachen für Barrieren im Körper, die zu Krankheit führen können. Es geht darum, Verantwortung für uns selbst zu übernehmen. Wir können selbst ins Gleichgewicht kommen und in der Jugend wie im Alter leistungsfähiger werden und vor allem bleiben.“

Die osteopathische Behandlung aktiviert die Selbstheilungskräfte des Körpers. Joseph Schoeninger: „So wie der Osteopath Ihnen hilft, wieder in Balance zu kommen, so aktivieren

Sie Ihre eigene Verantwortung, sich selbst zu heilen und nicht wieder in alte Verhaltensmuster zurückzufallen. Tun Sie was für Ihren Körper, gönnen Sie sich Ruhe und Entspannung, treiben Sie Sport, verbringen Sie Zeit in der freien Natur, machen Sie Meditationsübungen oder finden Sie in sich selbst und in Ihrer Beziehung Harmonie und Ruhe. Geben Sie diese Verantwortung nicht dem Osteopathen oder Schulmediziner oder der Pharmaindustrie ab. Gerade junge und aktive Menschen haben es in der Hand wieder ein Bewusstsein zu entwickeln, dass die Botschaften des eigenen Körpers versteht und zu steuern weiß.“

Das von Thomas Klein gemeinsam mit Weltklasse-Athleten entwickelte Übungsprogramm „DOLittle“ ist ein möglicher Weg dazu. Thomas Klein: „Es ist ein einfaches Übungsprogramm ohne Zusatzgeräte. Es hat den Anspruch, sich selbst bei Dysbalancen schnell helfen zu können, ohne fremde oder kommerzielle Hilfe in Anspruch zu nehmen. DOLittle sind zum einen Regenerations- und Meditationsübungen, sowie Dehn- und Stabilitätsübungen. Zuhause oder im Hotelzimmer überall machbar. Wichtig ist das tägliche Programm, machen Sie täglich 5 Minuten DOLittle, spüren Sie Ihre Schwachstellen und bearbeiten Sie diese. Die Übungen können ab dem 12. Lebensjahr bis ins hohe Alter gemacht werden, gerade auch von Sportlern, die häufig ihren Körper durch einseitige Belastungen wieder in Symmetrie bringen müssen. Ich empfehle, dass Sie DOLittle unter Anleitung eines Krankengymnasten oder Sporttherapeuten erlernen.“

„Osteopathie – Surfen im Körper“ überrascht durch die einfühlsame Photographie der osteopathischen Behandlungen, für die die Münchner Photographin Constanze Wild verantwortlich zeichnet. Die faszinierenden Natur- und Sportaufnahmen wurden von international renommierten Photographen wie Thorsten Indra, Jürgen Tap, Thilo Brunner und Erik Aeder beigesteuert. Mit Vorworten von Snowboard-Olympiasiegerin Nicola Thost und dem elfmaligen Deutschen Meister im Windsurfen, Bernd Flessner.

D.O. Thomas Klein

Thomas Klein, 41, gilt als einer der führenden Osteopathen Deutschlands. Er ist Gründungsmitglied des Verbands Deutscher Osteopathen, VDO. Seit Anfang der 90er Jahre ist er als Osteopath tätig. Thomas Klein betreibt heute die private Praxis „Med-Ko“ in Augsburg. Er betreut seit vielen Jahren unter anderen Top-Manager und Weltklasse-Athleten wie Tennis-Legende John McEnroe, Snowboard-Olympiasiegerin Nicola Thost, das deutsche Squash-Nationalteam oder den 11-fachen deutschen Windsurf-Meister Bernd Flessner. Thomas Klein lebt in Augsburg.

Joseph Schoeninger

Der gebürtige Österreicher gewann diverse Jugend-Literaturpreise und war als Nachrichten-Moderator beim ORF tätig, bevor er Mitte der 90er Jahre in die internationale Sport- und Medienbranche wechselte. Als Moderator & Producer arbeitete er unter für Eurosport TV, die Snowboard-World-Tour und die Windsurf-World-Tour. Als Manager & Vermarkter gründete er die „Nea Awards“ in München, eine international renommierte Award Show für Extremsport. Sein Unternehmen Beautiful Days ist auf die Entwicklung, Vermarktung und Produktion von Formaten im Trendsport, in Jugendkultur und in Integralen Wissenschaften spezialisiert. Joseph Schoeninger lebt in den USA.

Die Autoren erreichen Sie für Interviews unter:

Thomas Klein, Augsburg

info@Med-ko.de

+49 821 9987271

Joseph Schoeninger, New York City

joseph@beautifuldays.info