

# DIE LEBENSLÄUFER SORGEN FÜR EIN SCHMERZFREIES LEBEN

Die Ursachen für Schmerzen sind vielfältig. Sitzen, einseitige oder mangelnde Bewegung, Stress, falsche Ernährung und fehlende Erholung sind Risikofaktoren, die zu Schmerzen führen, zu einem schlechten Stoffwechsel und dafür sorgen, dass wir uns nicht wohl fühlen. Schmerzende Gelenke, Arthrose, Verspannungen, Kopf- und Rückenschmerzen sind die häufigsten Folgen.

„Die Lebensläufer“ Jeanette und Thomas Wenskat bieten hier vielfältige Ansätze. Bei ihnen dreht sich alles um die Themen Schmerzbefreiung, Freude an der Bewegung, Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens und das ohne Medikamente oder Operationen. Beide sind von Liebscher&Bracht ausgebildete Schmerzspezialisten und Fayo-Trainer.

Die Schmerzbehandlung nach Liebscher&Bracht löst durch die Osteopressur Spannungen aus dem Faszial-Muskulären Gewebe und hilft so zum Beispiel auch gegen Arthrose-

schmerzen und die meisten anderen Arten von Schmerzen - dies oft schon in der ersten Behandlung. Näheres zu diesen sehr effektiven Methoden von Liebscher&Bracht und über Liebscher&Bracht selbst können Sie auf [www.die-lebenslaeuffer.de](http://www.die-lebenslaeuffer.de) nachlesen. Fayo ist ein spezielles Faszientraining, das für einen Ausgleich des Bewegungsmangels im Alltag sorgt, den Stoffwechsel anregt, Blockaden beseitigt, Bewegungsabläufe verbessert und Stück für Stück für eine wesentlich bessere Gesundheit sorgt. Auch präventiv zur Schmerzvorbereitung. Außerdem stehen „Die Lebensläufer“ bei Fragen rund um Ernährung und Stressmanagement als Ergänzung zur Schmerzbefreiung zur Verfügung.

Für Läufer haben Jeanette und Thomas Wenskat noch einen besonderen Trainingsansatz: die Vermittlung eines körpergerechten, schmerzfreien Laufstils. Alle Angebote, Kurse und Workshops finden Sie auf [www.die-lebenlaeuffer.de](http://www.die-lebenlaeuffer.de).

Quelle: Thomas Wenskat



Mit den Lebensläufern  
in ein schmerzfreies Leben!

**Liebscher & Bracht**<sup>®</sup>  
DIE SCHMERZSPEZIALISTEN

**Jeanette und Thomas Wenskat**

01578 - 460 95 48 • [info@die-lebenslaeuffer.de](mailto:info@die-lebenslaeuffer.de)

[www.die-lebenslaeuffer.de](http://www.die-lebenslaeuffer.de)

[facebook.com/dielebenslaeuffer](https://facebook.com/dielebenslaeuffer)

