

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 67 (2010)
Heft: 6: Muskeln : Schutz der Gesundheit

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 23.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Entspannen ■ Geniessen ■ Auftanken



fruitcake.ch

Massagekurse & mehr ...

■ **2-Tage-Kurse Partner- und Entspannungs-Massage.** Die Kunst der klassischen Körpermassage von Kopf bis Fuss. Anmeldung nur zu zweit möglich.

5./6. Juni, 4./5. Juli, 5./6. September, 24./25. Oktober, 20./21. November, 5./6. Dezember 2010, 2./3. und 16./17. Januar, 13./14. Februar, 13./14. März, 1./2. Mai 2011

Dauer: Jeweils SA 14.00 – 19.00 und SO 10.00 – 17.00 Uhr

Kosten: CHF 495.– pro Paar.

■ **2-Tage-Kurse (ab 60 Jahren) Partner- und Entspannungs-Massage.** Die Kunst der klassischen Körpermassage von Kopf bis Fuss. Anmeldung nur zu zweit möglich.

10./11. Juni, 16./17. August, 16./17. November 2010, 17./18. Januar, 10./11. März, 10./11. Mai, 6./7. Juni 2011

Dauer: jeweils 10.00 – 17.00 Uhr

Weitere Angebote finden Sie auf www.thielmann.ch



Aeschi
BERNER OBERLAND

Berner Oberland 

«Fasten und wandern macht federleicht und frei!»



Neu in Saas-Fee vom 27.06. bis 03.07.10

Emanuel Ludi
076 570 15 68, www.fasten-wandern.ch

Frühlingsmüdigkeit? Husten, Schnupfen, Fieber oder Unruhe?

Dann lassen Sie sich einwickeln!

Als ausgebildete Wickelfachfrau berate ich Sie gerne.



www.wickelmarion.ch

Kurse und Wickelprodukte aller Art

Marion Risler 056/470 75 40
Wickelfachfrau info@wickelmarion.ch

Bad Ramsach – Ihrem Wohlbefinden zuliebe



Sie wohnen in 26 neuen Komfort-Stuben

Bad
ramsach

Hotel Bad Ramsach
4448 Läufelfingen
Telefon 062 285 15 15

www.bad-ramsach.ch

Freier Eintritt in Mineralheilbad, Sauna, Dampfbad und Fitness-Arena

eine Welt fuer sich



Reishi, Shiitake & Co
erfahren Sie, was Vitalpilze können.



Gern für Sie da!
Peter Mégel_Mykoberater
0041/0/5262406667

vitalpilze.ch

Leichter&Entschlackt-Woche: EUR 890,-

Sothys-Wohlfühltag: ab EUR 370,-

Anti-Cellulite-Woche: EUR 1.130,-

Rücken-Balance-Woche: EUR 820,-

**5 Tage
»All-in-One«**
inklusive
Anwendungen
EUR 490,-

Vital-Zentrum
Felbermayer
Tel +43/5558/8617
A-6793 Gaschurn / Austria
Alpenpark Montafon
www.vital-zentrum.at

KARTOFFELKOSTTAGE

Entsäubern – Entstauen – Entspannen
So. 11. bis Sa. 17. Juli 2010

- 6 Übernachtungen mit vegetarischen Gemüsen und Kartoffelspeisen (Vollpension)
- 1 Aromaganzmassage
- 2 Teilmassagen
- 1 Fussreflexzonenmassage
- 1 Gesichtspflege nach dem Säure-Basen-Prinzip
- 3-mal Nordic-Walking-Schulung
- Leichte Wanderung und Ausflug ins Baselbiet

Preis pro Person

Standard DZ **Fr. 1190.-** EZ Fr. 1280.-
Komfort DZ **Fr. 1280.-** EZ Fr. 1400.-

SCHLANK IM SCHLAF

So. 15. bis Sa. 21. August 2010

Bringen Sie ihr Gewicht ins Lot mit der «Schlank im Schlaf»-Woche nach Dr. Detlev Pape.
Ausgewogen und gut essen – bewegen – relaxen.

- 6 Nächte mit entsprechenden Mahlzeiten (Vollp.)
- Ramsacher Wasser und Teebuffet
- eine Aromaganzmassage
- 3 Teilmassagen
- eine Fussreflexzonenmassage
- 3-mal Nordic-Walking-Schulung
- 2 Vorträge zu «Schlank im Schlaf»
- Wanderung und Ausflug ins Baselbiet

Preis pro Person

Standard DZ **Fr. 1190.-** EZ Fr. 1280.-
Komfort DZ **Fr. 1280.-** EZ Fr. 1400.-

**Vitalpilze, in Bio-Qualität,
die Kraft der Natur**

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) spielen die Vitalpilze schon seit vielen Jahrhunderten eine grosse Rolle in der Gesundheitsvorsorge.

**Vitalpilze wirken ganzheitlich,
individuell und vollkommen
natürlich!**

Gratisberatung bei Bio-Myko-Sana,
www.bio-myko-sana.ch,
info@bio-myko-sana.ch
Tel. 081 758 01 36

**Viele Gesundheitsprobleme können mit
kieselsäurehaltigen UR-Dinkelspreu-Matratzen,
-Auflagen, -Kissen und -Steppdecken im tiefen
Schlaf gelöst werden.**

Rücken-, Schulter-, Gelenkprobleme, Schlafstörungen, Krampfadern, restless legs, Neurodermitis, Hauterkrankungen, Asthma, ADHS, Blutdruck, Depressionen, Stärkung des Immunsystems. Keine Milbenbildung, Abschirmung gegen Störfelder, Wasseradern und Elektrosmog. Spezialkissen gegen Kopfweh, Migräne, Schleudertrauma, Nackenverspannungen, Venenentzündungen, Tennisarm, zur Geburtshilfe, Kindermatratzen, Edelhaardecken aus Kamelfaumhaar oder Seide.

ALBERT CHRISTEN
CH-2544 Bettlach SO, Tel. 032 645 12 87, Fax 032 645 12 88
www.leony-bettlach.ch

Leony
für bessere
Lebensqualität

Die aktuelle Neuerscheinung von A.Vogel!



Nur CHF 18.50 –
jetzt bestellen!

Kleine Outdoor-Apotheke

A.Vogel Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen

Bestellen Sie das neue A.Vogel-Buch mit der
Bestellkarte am Schluss des Heftes oder im
Internet unter www.outdoor-apotheke.ch

- Das neue Buch von A.Vogel: Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen.
- So behandeln Sie unterwegs kleine Verletzungen, Sonnenbrand, Kopfweh, Insektenstiche, Hautprobleme, Schmerzen, Nasenbluten u.v.m.
- Porträts von rund 50 in Europa häufig vorkommenden Pflanzen, die bei mehr als 50 Indikationen helfen.

«A.Vogel – Kleine Outdoor-Apotheke»
220 Seiten, Paperback, viele Fotos,
PVC-Schutzhülle, handliches Kleinformat
ISBN 978-3906404-24-0, CHF 18.50



Basenreicher Kräutertee & Basenreicher Sportlertee

- Eine **ausgewogene Mischung** aus basenreichen (mineralischer Anteil) Pflanzenteilen
- Verstärkte Wirkung durch Kalium und Natrium Weinstein
- **Gesüßt mit Stevia-Kraut** – deshalb keine Zuckerzugabe notwendig
- Wirkt **ausschwemmend**
- Ideale **Ergänzung bei Fastenkuren und Ernährungsumstellungen**

**In jeder Apotheke und
Drogerie erhältlich.**

Hersteller und Vertrieb:
Hogapharm AG, 6403 Küssnacht

Biochemischer Verein Zürich

Öffentlicher Vortrag

Montag, 21. Juni 2010, 19.45 Uhr

Schüssler-Salze als Wirkaspekt der TCM in der Kinderheilkunde, «pathogene Feuchtigkeit des Kindes»

Referentin: Petra Kamb, Biologin und
TCM- und Phytotherapeutin

im Vereinshaus Glockenhof
Sihlstrasse 33, 8001 Zürich

Eintritt: Fr. 18.–, Mitglieder: Fr. 8.–

Verspannungen & Schmerzen beim Schlafen?

Mit einem auf Sie abgestimmten Bett lassen sich
diese Probleme rasch lösen!
Profitieren Sie von der Gratisberatung, der
Betreuung durch den Spezialisten und der
10-wöchigen Rücknahmegarantie.
Rufen Sie uns jetzt gleich an für Ihren
persönlichen Beratungstermin: 071 311 26 75.



Monika & Roger Lehmann, 9030 Abtwil SG
rls.lehmannteppich.ch

Natur pur



NUXO Mandel Purée, ein
wertvolles Naturprodukt
ohne Zusatzstoffe

Gesundheit plus

- Reich an ungesättigten Fettsäuren und Proteinen
- hoher Magnesiumgehalt
- enthält wichtige Mineralstoffe
- schonend hergestellt aus geschälten, ungerösteten kalifornischen Süssmandeln

Multitalent im Einsatz

- optimaler Ersatz für Milch
- Bircher Müesli
- Drinks
- Saucen und Mayonnaisen
- Desserts
- Sandwiches

Weitere Infos und
Rezeptbroschüren bei:

Valora AG
Valora Trade Switzerland
4623 Neuendorf
Tel. 058 789 41 41



Vitalpilze
natürliche Stärke
in BIO-Qualität



ToBeBalanced GmbH
www.tobebalanced.com
info@tobebalanced.com
052 5115056

Aus- und Weiterbildungen nach Mass

Klassische Massage

Berufsmasseur

Gesundheitsmasseur

Wellnessmasseur

Fußreflexzonenmassage

Fußreflexzonentherapeut

manuelle Lymphdrainage

AkuPunktMassage



NaturheilpraktikerIn
Berufsbegleitende Ausbildung in
traditionell Europäischer Natur-
heilkunde

Medizinische Grundlagen
Wahlweise 164, 367 oder 609 Std.
u.v.m.

Zentrum Bodyfeet®

www.bodyfeet.ch

Hauptsitz Thun, 033 225 44 22 Filialen: Aarau, 062 823 83 83 • Rapperswil, 055 210 36 56



STADT NEUBULACH

Heilklimatischer Kurort mit Heilstollenkurbetrieb

Ein Besuch in unserer
Asthmatherapiestation im Bergwerk lässt
Sie wieder befreit durchatmen!

Öffnungszeiten:

Täglich (29.3.2010 – 31.10.2010)
9.00–11.00 Uhr

**Wir bieten auch Kinderkuren
und die Möglichkeit zum Schnuppern und
Kennenlernen!**

**Informationen und weitere Termine
auf Anfrage:**

Teinachtal-Touristik Neubulach D
Tel. 07053 9695-10 www.neubulach.de

neu

neu

neu

Reduzin

Schlank werden und schlank bleiben mit den neuen «Reduzin-Kaloriensparmahlzeiten»

Eingerührt in Milchprodukte ergeben sich stark kalorienreduzierte und ausgewogene Mahlzeiten. Mit diesem Mahlzeitenersatz werden dem Körper alle benötigten Nährstoffe zugeführt. Bei regelmässiger Anwendung ist eine wöchentliche Gewichtsreduktion von $\frac{1}{2}$ bis zu 1 kg möglich. Erhältlich in Dosen zu 360 g (12 Mahlzeiten), Fr. 43.–.

drogerie sonderegger, 9042 speicher
Meinrad Sonderegger, eidg. dipl. Drogist,
kant. appr. Naturheilpraktiker
Telefon 071 344 10 22
www.drogerie-sonderegger.ch
drogerie@drogerie-sonderegger.ch



Das Ende für Schnecken – statt Schnecken ohne Ende!

In unserem Sortiment finden Sie unter anderem diverse Produkte zur biologischen Schneckenbekämpfung.

6146 Grossdietwil, Tel. 062 917 50 00, www.biogarten.ch mit Online-Shop

SCHLAF- STÖRUNGEN AUSSCHALTEN

Verlangen Sie Unterlagen oder
informieren Sie sich auf www.coufal.ch

COUFAL
ELECTRONICS Tel. 071 891 41 40



Anders Denken in der Schmerztheorie (Klinik für Biokinematik)

Müssen OP's wegen Bandscheiben sein?!

- z.B.
 - z.B. Bandscheiben-OP
 - z.B. HWS-OP
 - z.B. Knie-OP
 - z.B. Schulter-OP
 - z.B. ...
- z.B. OP nur wegen Schmerzen

Die Biokinematik eröffnet völlig neue Möglichkeiten der Behandlung. Man muß die *Logik des Schmerzes* verstehen.

- z.B. bei
- Migräne
- unruhige Beine (restless legs)
- Schleudertrauma
- Asthma bronchiale
- eingeschlafene Hände/Beine
- usw.

Walter Packi
Arzt für Allgemeinmedizin

Klinik für Biokinematik
Herbert-Hellmann-Allee 29-31
D-79189 Bad Krozingen
bei Freiburg
Tel. 0049-(0)7633/93321-0
Fax: 0049-(0)7633/93321-99

Praxis für Biokinematik
Böttingerstr. 38
D-79111 Freiburg
Tel. 0049-(0)761-383037
Fax. 0049-(0)761-383047

Informieren Sie sich: home: www.biokinematik.de
mail: info@biokinematik.de



SCHÖPF STUHL®

Freies Sitzen

Die Lösung für Ihre
Rückenprobleme!

Weil Sie hier automatisch richtig sitzen.



Hermann Schöpf
Physiotherapeut
8345 Adetswil
Tel. + Fax 044 939 31 20
info@schoepf-design.ch

www.schoepf-design.ch

GESUNDHEITS NACHRICHTEN

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta
Envio commercial-réponse

Innerhalb CH nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Im Sommer aktuell!

Das neue Buch von A.Vogel



Kleine Outdo-Apothe
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen

80

Das A. Vogel Kochbuch:
Gesunde, köstliche Rezepte.
A.Vogel für Geniesser
von F. Häfliger und I. Schindler, gebunden, ganzseitige Farbfotos, 179 S.
CHF 38.00

70

Das Anti-Alzheimer-Buch
Angste, Fakten und Vorbeugung.
Das Anti-Alzheimer-Buch
von Hans Förstl und Carola Kleinschmidt, gebunden, 206 S.
CHF 31.90

299

Das Beste aus der Schweiz.
In aller Munde
von Alfred Haefeli (Hrsg.), gebunden, 217 S.
CHF 44.80

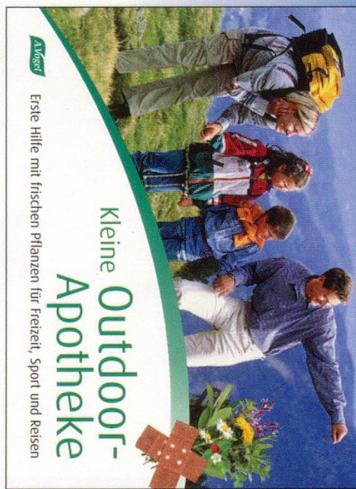
303

Bitte benützen Sie die
Weitere Buchempfehlungen auf

Gesundheit im Abonnement!
11-mal pro Jahr, für nur CHF 39.00

Bestellkarte

Verlag A. Vogel AG
Postfach 63
CH-9053 Teufen



Für alle, die die Natur lieben:
«Kleine Outdoor-Apotheke»
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen
für Freizeit, Sport und Reisen
Info: www.outdoor-apotheke.ch

Bitte nachsenden, neue
Adresse nicht melden

AZB 9053 Teufen

Liebe Abonnenten

Bei Wohnungs- oder Namenswechsel
melden Sie uns bitte die Änderung!

Sie erreichen uns unter
Tel. 071 335 66 66, Fax 071 335 66 88,
E-Mail: info@verlag-avogel.ch

Herzlichen Dank für Ihre Mühe

Ihr Trainingspartner für gesunde Gelenke!



A.Vogel

A.Vogel Glucosamin^{Plus} mit Hagebuttenextrakt

- Glucosamin ist ein wichtiger Nährstoff für funktionsfähige Gelenkknorpel und Bänder
- eine genügende Versorgung kann dem Erhalt der Gelenkbeweglichkeit und dem Schutz des Knorpels dienen.
- das Glucosamin wird ökologisch nachhaltig produziert.

www.avogel.ch