



Microkinesi

DAS LEBEN ZWISCHEN DEN HÄNDEN SPÜREN



Die Zeit heilt alle Wunden, sagt der Volksmund. Doch mitunter bleibt von Verletzungen, Krankheiten oder schweren psychischen Belastungen etwas zurück, und eine vollständige Genesung will nicht gelingen. Die nicht komplett auskurierten Blessuren werden im Gewebe gespeichert und lassen sich wie Narben von den geübten Händen eines Microkinesi-Therapeuten erfühlen. Mithilfe sanfter Impulse werden sie so stimuliert, dass der Körper seine Selbstheilungskräfte entfaltet und die betroffene Körperregion wieder integriert werden kann.

Die Selbstheilungskräfte unseres Körpers sind enorm. Mit kleinen und auch größeren Belastungen können wir normalerweise im Alltag gut umgehen. Doch manchmal können Infektionen, Verletzungen, negative Umweltfaktoren oder emotionale Überlastungen zu viel für den Organismus werden. Summieren sich die Überforderungen, läuft der innere Motor allmählich unrunder, und das komplexe System Mensch befindet sich in einer Stresssituation. Nichts geht mehr, alles, was jetzt noch hinzukommt, ist zu viel – der Körper schaltet auf Schonprogramm. In diesem Modus konzentriert sich das knappe Gut Energie auf die wichtigsten Funktionen wie Herzschlag und Atmung. Gleichzeitig werden Muskel-, Nerven- und Gewebeaktivität heruntergefahren. In gesundem Zustand schwingt alles in uns – eine rhythmische Bewegung, die alle Bereiche durchdringt. In der Phase der Überforderung hingegen finden in manch eingeschränkten Arealen des Körpers überhaupt keine Mikrobewegungen mehr statt. Microkinesi-Therapeuten sprechen in diesem Fall von einer **Erstarrung**. Der Sparmodus führt zu einem fehlenden vitalen Rhythmus im Gewebe. Die Kompensation dieser „unlebendigen“ Körperregionen kostet Energie und hat ein inneres Ungleichgewicht zur Folge, das Therapeuten als **Einschränkung** bezeichnen – eine treffende Umschreibung, kann doch der Körper nur noch mit halber Kraft seine Aufgaben im Alltag erfüllen. Oft bleiben die Bemühungen des Körpers lange Zeit (fast) unbemerkt. Man gewöhnt sich zudem an unspezifische Symptome wie beispielsweise Müdigkeit oder leichte Schmerzen.

DEM KÖRPER AUF DIE SPRÜNGE HELFEN

Bei der Microkinesi-Therapie handelt es sich um eine manuelle Therapieform, die die beiden Franzosen *Daniel Grosjean* und *Patrice Benini* zu Beginn der 1980er-Jahre begründet haben. Wörtlich bedeutet Microkinesi so viel wie „die kleinen Bewegungen“ – die „Kinesi-Therapie“ ist im Französischen die

Bewegungstherapie. Die beiden Physiotherapeuten und Osteopathen schufen die neue, ganzheitliche Methode in enger Zusammenarbeit mit Embryologen, Biologen und Physikern. Sie ist eine Basisbehandlung, bei der mithilfe von wieder in Gang gesetzten Reparaturmechanismen die im Organismus gespeicherten Altlasten aufgelöst werden. Die vorrangige Aufgabe des Therapeuten besteht darin, Einschränkungen aufzuspüren und zu behandeln. Für jede Änderung der Gewebeschwung lassen sich die Ursachen präzise bestimmen und sanft therapieren. Der Anspruch dabei: immer den Blick für das große Ganze behalten. So fließen bei der Behandlung stets physische wie psychische Aspekte ineinander.

„Der menschliche Körper hat ein enormes Gesundheitspotenzial, welches seine Wirksamkeit entfaltet, wenn man es nur freizusetzen vermag.“

Daniel Grosjean,
Begründer der Microkinesi

Es soll „im Gespräch mit dem Körper ein Weg zur Selbstregulierung“ gefunden werden, wie es der Verein *Microkinesitherapie e. V.* beschreibt. Letztlich führt dies nicht nur zur Linderung von Beschwerden, sondern auch „zum gezielten Löschen belastender Informationen“ und dadurch zur vollständigen Genesung.

Die Microkinesi-Therapie bildet eine sinnvolle Ergänzung zu notwendigen medizinischen oder psychologischen Behandlungen. Leider kommen die gesetzlichen Kassen nicht für die Kosten der Behandlung auf. Bei den privaten Kassen ist es Abwägungssache, die Therapie wird jedoch meistens übernommen.

DAS GEWEBE ZWISCHEN DEN HÄNDEN ERTASTEN

Wie sieht eine „Micro-Behandlung“ nun in der Praxis aus? Nachdem der Patient seine Beschwerden geschildert hat, legt oder setzt er sich in seiner Kleidung auf eine Liege. Dann tastet der Therapeut auf der Körperoberfläche mit unterschiedlichen Griffen die Schwingungen des Gewebes ab und ermittelt Regionen, in denen die Lebendigkeit fehlt. Die kundigen Hände spüren dabei Verspannungen und Blockaden völlig schmerzfrei für den Patienten im Gewebe auf. Obwohl im Laufe der Entwicklung der Microkinesi die besondere Art des Einstimmens auf die befühlten Körperareale von den Gründern „Micro-Palpatation“ genannt wurde, geht der Behandler nicht mit einer Palpation der Fingerspitzen vor. Stattdessen findet das Erfühlen zwischen den Händen statt, nicht unter den Händen, betont *Daniel Grosjean* in einem Interview, das auch auf *YouTube* zu sehen ist. Hierin sieht er auch den Unterschied zu anderen Behandlungsmethoden wie der Osteopathie, bei der die Therapeuten sich etwa fragen, wie sich das Gewebe unter der Hand anfühlt: Ist es dort heiß, ist es trocken, fühlt es sich dicht oder durchlässig an? Das Augenmerk der Microkinesi hingegen liegt darauf, ob und wie der Körper zwischen den Händen durchdrungen werden kann. Fehlt die Eigenschwingung des Körpers, fühlt der Behandler diesen Widerstand. Das Gewebe gibt nicht nach, es ist nicht mehr in der Lage, sich an die Veränderungen anzupassen, die der Therapeut mit den Händen provoziert. Dadurch ist sehr gut unterscheidbar, ob es sich um eine Region in gesundem Zustand handelt oder um einen Bereich des Körpers, der eine Unregelmäßigkeit oder Funktionsstörung aufweist. Wenn es sich um ein lädiertes Gelenk handelt, ist der Widerstand eher im dynamischen Muskel zu fühlen, der das kranke Gelenk bedient, als in der Gelenkstruktur selbst. *Grosjean* im Interview: „als gäbe es ein verantwortliches Element, das sich viel mehr in den aktiven, dynamischen Strukturen befindet als in den Gelenkstrukturen mit den Bändern und der Kapsel“. *Grosjean* spricht



Bei der Microkinesi werden mit minimalen Impulsen die Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt

dabei auch von „verklebten Zonen“. Oft finden sich an unterschiedlichen Stellen gleich mehrere davon. Nach dem genauen Unterschied zur Osteopathie befragt, antwortet er: „Wir glauben, dass wir vielleicht in der Lage sind, mit unseren Händen die Ursachen für die Dysfunktionen und Pathologien zu identifizieren.“ So zeigt ein dichter Muskel einen Aspekt der Dehnung oder einen der übermäßigen Annäherung an – so, als hätte er etwas, „das sich ausdrückt und das wir mit unseren Händen fühlen können“. Erzählt die Dichte im Muskel seine Geschichte? Das, was ihm passiert ist, was er erlitten hat? Findet man ihn z. B. zusammengezogen vor, hat er vielleicht eine nervöse Überstimulation erhalten, die ihn in diesem Zustand hält. Oder er wurde wie bei einem Trauma zu weit gedehnt, sodass er nicht mehr in der Lage ist, wieder in seine ursprüngliche Position zu finden.

WAS KANN DER THERAPEUT BEI EINER LÄSION TUN?

Ist der Widerstand im Gewebe lokalisiert, etwa bei einer starken Dehnung, geht der Therapeut mit seinen Händen ebenfalls

dehnend mit. Er begleitet sozusagen das Trauma. Auf „Informationsebene“ wiederholt sich das traumatische Geschehen, vergleichbar der Klassischen Homöopathie, bei der Ähnliches mit Ähnlichem geheilt wird – im Falle der Microkinesi allerdings handelt es sich um Homöopathie mit den Händen. Sie wird daher auch manchmal „manuelle Homöopathie“ genannt. Grosjean beschreibt den Vorgang in seinem Interview folgendermaßen: „Es gibt einen Moment, an dem man nicht weiterdehnen kann, etwas hindert uns, weiterzugehen. Aber wenn man wartet und den Körper machen lässt, dann fühlt man ein Schieben in den Händen, das wir nicht gemacht haben. Das kommt vom Körper selbst. Und in diesem Moment haben wir den Eindruck, dass eine Veränderung stattgefunden hat und dass der Muskel, der vorher steif war, nun wieder durchlässig ist – als hätten wir den Reparaturmechanismus wieder aufgeweckt.“ Die Fähigkeit des Körpers, die Ordnung wiederherzustellen, ist in Gang gesetzt worden. Dieser Mechanismus funktioniert selbst noch Jahre, nachdem der Organismus eine Störung erlitten hat. Auch Läsionen im Gewebe werden wie von „Zauberhand“

korrigiert, also mit gezielten Handgriffen wieder in das gesunde Funktionsgefüge des Körpers reintegriert. Das klingt vielversprechend, zumal eine Microkinesi-Sitzung keinerlei Nebenwirkungen hat. Microkinesi eignet sich deshalb auch für Kinder und sogar für Babys.

Die vorrangige Aufgabe des Therapeuten besteht darin, Einschränkungen aufzuspüren und zu behandeln. Für jede Änderung der Gewebeschwingung lassen sich die Ursachen präzise bestimmen und sanft therapieren.

Meist liegen die Beschwerden und der Ort der Verspannungen weit auseinander, das Symptom und sein Ursprung sind also oft nicht identisch. Wer unter Migräne leidet,

Microkinesi wirkt gut bei:



- Allergien
- akuten wie chronischen Schmerzzuständen
- Arthrose
- Autoimmunerkrankungen wie Rheuma, Hashimoto etc.
- begleitend bei schweren Erkrankungen wie Krebs, Multipler Sklerose etc.
- Menstruationsbeschwerden
- Kinderwunsch
- Kopfschmerzen und Migräne, Schleudertrauma
- der Linderung von Medikamentennebenwirkungen und Impfschäden, im Rahmen einer Amalgam-Ausleitung oder bei Infektionen sowie bei Chemotherapien
- der Nachbehandlung von Operationen und Unfällen
- psychischen Leiden wie Ängsten, Schuldgefühlen, Traumata, Erschöpfungszuständen, Lern- und Konzentrationsstörungen, Überforderung und emotionalen Verletzungen. Außerdem fördert die Therapie das Selbstbewusstsein und hilft bei vegetativen Problemen und psychosomatischen Beschwerden.
- Rückenbeschwerden (Bandscheibenvorfall, Ischiasnerv)
- Sportverletzungen (Kreuzbandriss etc.)
- einer erwünschten Tiefenentspannung für Muskeln und Nerven

Interview mit Regina Mayer-Dangl



Regina Mayer-Dangl ist 1. Vorsitzende des Vereins Mikrokinesitherapie e. V. und bezeichnet sich selbst als „Überzeugungstäterin“. Sie ist als Heilpraktikerin sowie Microkinesi-Therapeutin in Ulm und München tätig. Zudem lehrt sie als Dozentin für Microkinesi-Therapie.

Frau Mayer-Dangl, Stress, Umweltgifte oder Krankheiten können dem Körper schaden. Heilt er seine Beschwerden nicht selbst aus, kann die Microkinesi helfen. Wie genau funktioniert diese Therapie?

Nicht immer gelingt es dem Körper, mit den unzähligen Einflüssen wie Viren, Krankheiten oder Stress fertigzuwerden – mit dem Resultat einer reduzierten Muskel- und Gewebeaktivität, die sich auch im Faszien- und Nervensystem bemerkbar macht. Dies muss der Patient nicht zwangsläufig spüren. Der Microkinesi-Experte nimmt es jedoch als „Erstarrung“ wahr und spürt ihr nach, indem er solche Blockaden ertastet, wo auch immer sie sich im Körper versteckt halten – auch an Organen oder in Nervenbahnen. Mithilfe der Palpationstechnik findet er Missstimmungen im Gewebe. Solche Blockaden können unterschiedlichste Symptome provozieren wie Rücken- oder Schlafstörungen, Allergien, Burn-out oder Depressionen. Nach einer Handverletzung kann es etwa zu Nackenverspannungen, Schulterschmerzen oder Verdauungsproblemen kommen. Durch einen sanften Impuls an den Körper des Patienten aktivieren wir dessen Regenerationsmechanismus. Das Wunderwerk Körper erinnert sich so an sein ureigenes Heilungspotenzial.

Kann die Microkinesi bei allen Störungen des Organismus angewendet werden?

Durchaus. Patienten kommen mit den unterschiedlichsten Beschwerden und Schmerzen jeder Art und Intensität. Wir können die Symptome „übersetzen“, da wir aufspüren, wo das Gewebe nicht mehr lebendig ist. Dafür braucht es Erfahrung und eine fundierte Ausbildung, womöglich sogar besonderes Talent in der Wahrnehmung von Menschen, was jedoch erlern- und entwickelbar ist. Allein die Haut hat eine Größe

von knapp 2 m². Auf ihr lesen wir wie in einem Buch und übersetzen ihre Zeichen. Manche Patienten spüren bei der Behandlung, wie eine sanfte Welle durch ihren Körper geht. Danach kehrt an dieser Stelle plötzlich Ruhe ein: Das Trauma ist behoben, das Areal wieder vital. Bei Microkinesi geht es um die Lebendigkeit jeder einzelnen Zelle. Die Therapie wirkt heilsam, ist aber gleichzeitig auch präventiv.

Wird sie eher bei akuten oder bei chronischen Gesundheitsproblemen angewendet oder in beiden Fällen?

In beiden Fällen mit der jeweils gleichen Fragestellung: Was hindert den Körper daran, den Reparaturmechanismus in Gang zu setzen? Von chronischen Beschwerden Geplagte gelten oft als austherapiert. Angelehnt an die medizinische Behandlung therapieren wir diese Patienten auf unsere Weise.

„Das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele wird bei dieser Therapie spürbar. Exemplarisch zutreffend für mich ist die Aussage einer Patientin, das Puzzle sei nun wieder zusammengesetzt – das sagt alles.“

Die Microkinesi stellt eine Therapie auf zwei Säulen dar, ist das korrekt?

Ja, so könnte man das sagen. Auf der einen Seite spüren wir die Ursachen für Symptome auf und regen zur Regeneration an, auf der anderen ist sie auch eine Basisbehandlung. Denn oft finden sich neben dem Symptom noch etliche weitere Beeinträchtigungen.



Regina Mayer-Dangl praktiziert als Microkinesi-Therapeutin in Ulm und München. Sie ist 1. Vorsitzende des Vereins Microkinesitherapie e. V. und lehrt die Grundsätze der Microkinesi

Ein Beispiel: Ein Baby, das während der Geburt überstreckt wurde, kann nicht schlafen, da im Rücken eine Blockade entstanden ist. Gleichzeitig kann es aber auch sein, dass dieses Kind nicht gewollt war. Bereits vorgeburtlich sind dann möglicherweise schon Blockaden entstanden. Deswegen sprechen wir von Verletzungen unterschiedlicher Art, die nie richtig ausgeheilt sind. Sie hindern den Körper an der vollen Ausschöpfung seines Potenzials. Genau da setzt die Microkinesi an.

Wer psychische Altlasten mit sich herumschleppt, ist also bei einem Microkinesi-Therapeuten an der richtigen Adresse?

Definitiv. Unser Organismus verfügt über ein Gedächtnis, das bis in die Zeit vor der Geburt zurückreicht. Erfahrungen prägen uns, und diese können uns wiederum belasten. Solche Traumata beeinträchtigen auch das körperliche Wohlbefinden. Man kann einfach nicht mehr frei durchatmen. Psychische Altlasten können Folgen im Gepäck haben wie Allergien, Migräne, Herzrhythmusstörungen oder auch Verdauungsstörungen. Betroffene sprechen nicht immer über ihre Traumata – wir hören dafür mit unseren Händen in sie hinein. In der Microkinesi stehen körperliche Behandlung und Psyche in einer Art Wechselbeziehung – das ist ein ganz wesentlicher Punkt der Therapie.

Gibt es Erkrankungen oder Störungen, bei denen die Therapie besonders gut anschlägt?

Bei akuten Verletzungen ist der Erfolg oft fast direkt da. Die Wundheilung nach einer Operation wird beschleunigt, die Beweglichkeit nach Sportunfällen oder Knochenbrüchen kehrt schneller zurück. Mit Schlafstörungen von Babys haben wir gute Erfolge, um nur einige Beispiele zu nennen.

Hilft Microkinesi auch bei den möglichen Folgeschäden einer Corona-Infektion?

COVID-19 hat, unabhängig von der eigentlichen Infektion, noch weitere gewaltige Auswirkungen wie Existenzängste, Einsamkeit oder verschleppte Krankheiten, weil man nicht zum Arzt geht. Wir können in diesem Zusammenhang die gestresste Psyche und den überforderten Körper mit unserer Therapie unterstützen.

Bei der Microkinesi verfährt man nach dem Prinzip der Ganzheitlichkeit?

Ganz genau. Ganzheitlich behandeln bedeutet ja, dass nicht bloß einzelne Teile des Körpers oder einzelne Beschwerden ins Visier genommen werden, sondern immer der Mensch in seiner Gesamtheit gesehen wird. Therapiert wird das ganze Paket, also Seele, Geist und Körper. Man behandelt beispielsweise Kniebeschwerden, und der Patient berichtet in der Folge, dass sich nicht nur die Beschwerden am Knie gebessert hätten, zugleich könne er auch mit den Konflikten in seiner Familie spürbar besser umgehen. Manche schließen plötzlich Frieden mit bestimmten Themen ihres Lebens, andere treffen mit einem Mal Entscheidungen, die sie nie für möglich gehalten hätten – eine Art Durchbruch. Die Microkinesi hat dann bei ihnen zur erhöhten Achtsamkeit sich selbst gegenüber geführt.

Eine notwendige medizinische Behandlung ersetzt sie dennoch nicht?

Stimmt. Die können und dürfen wir nicht ersetzen. Einen Bänderriss, einen entzündeten Blinddarm, eine Infektion mit hohem Fieber – sie alle werden mit der Schulmedizin akut besser und schneller behandelt. Wir knüpfen daran an und erledigen den Rest. Wir sehen den Schock des Unfalls, die Nebenwirkungen

der Narkose oder der Operation. So steht eben wieder der ganzheitliche Fokus im Zentrum.

Leitmotiv der Heilmethode wäre demzufolge der Anstoß für die Selbstheilungskräfte?

Ja, ohne Aktivierung der Selbstheilungskräfte keine Heilung. Das ist unser Leitmotiv, der Grundsatz allen Handelns.

Nehmen Sie das Beispiel einer Zerrung. Beim gezerzten Muskel ist die Schwingung unterbrochen und somit die Lebendigkeit des Gewebes in Mitleidenschaft gezogen. Das stellt der Therapeut mithilfe der Palpationstechnik fest und verhilft dem Muskel wieder in die Schwingung, indem er ihn leicht dehnt. Jedoch wird meist nicht nur diese verletzte Region eingeschränkt, mitunter leidet der ganze Organismus. Auch andere erstarrte Areale werden lokalisiert und erhalten den Heilungsimpuls. So kommt der vitale Rhythmus wieder in Gang.

Wie oft muss ein Patient sich bis zum Erfolg behandeln lassen?

Das lässt sich nicht pauschal sagen. In der Regel gibt es spätestens nach 3 Behandlungen positive Rückmeldungen. Dann spürt ein Burn-out-Patient wieder mehr Lebensfreude, jemand mit Schlafstörungen schläft vielleicht sogar mal wieder durch, und ein Baby verträgt endlich die Muttermilch.

Für so viel Fingerspitzengefühl braucht es sicher eine fundierte Ausbildung und reichlich Erfahrung?

Ausbilden lassen können sich nur Menschen, die bereits einen medizinischen Abschluss wie Arzt, Physiotherapeut, Hebamme, Ergo- oder Logotherapeut sowie Heilpraktiker erfolgreich hinter sich gebracht haben. Microkinesi ist anspruchsvoll, entwickelt wurde sie aus Disziplinen wie der Medizin, Biologie, Physik und Embryologie. Dazu kommen Kenntnisse der Osteopathie und der Traditionellen Chinesischen Medizin. Und danach heißt es dann üben, üben, üben.

Frau Mayer-Dangl, herzlichen Dank für dieses Gespräch!

hat womöglich im Brustbereich Verspannungen. Wen Rückenschmerzen im Lendenwirbelbereich plagen, bei dem zeigen sich Verhärtungen beispielsweise an Hals und Nacken. Nach der Behandlung sollten die Symptome innerhalb von 48 Stunden abklingen oder sogar zur Gänze verschwinden. Behandelt

In gesundem Zustand schwingt alles in uns – eine rhythmische Bewegung, die alle Bereiche durchdringt. In der Phase der Überforderung finden in manch eingeschränkten Arealen des Körpers jedoch überhaupt keine Mikrobewegungen mehr statt.

wird in ausreichenden Abständen. Mehrere Tage oder Wochen sollten dazwischenliegen, weil der Organismus erst einmal seine Selbstheilungskräfte ankurbeln muss. Eine Erfolgsgarantie geben die Therapeuten nicht. Die Symptome verschwinden häufig, jedoch nicht immer. Dennoch verfolgt die Microkinesi einen hohen Anspruch. Ihr selbsternanntes Ziel ist nicht bloß die Symptomlinderung, sondern eine Art „Reset“ des Körpers, bei dem belastende, krank machende Informationen gelöscht werden.

SORGFÄLTIGE SUCHE NACH DEM FEHLER IM SYSTEM

Seit 2007 ist der Osteopath *Peter Wemhoff* autorisierter Lehrer für Microkinesi-Therapie und hat schon viele Therapeuten in dieser Methode ausgebildet. In seiner Münchner Teampraxis behandelt er seit über 20 Jahren Patienten, die von A wie Arthrose über M



wie Migräne bis Z wie Zöliakie an den unterschiedlichsten Erkrankungen leiden. „Der Körper funktioniert wie ein Sicherungskasten, und wir Therapeuten sehen nach, wo eine Sicherung durchgebrannt ist“, sagt *Wemhoff*. Dabei geht ein Microkinesi-Therapeut systematisch vor. Wie mit einem Schaltplan tastet er sich durch Stellen im Gewebe, spürt möglichen – und meistens auch vorhandenen – Fehlern im System nach. Hat er sie wahrgenommen, stellt er den Bezug zu anderen Regionen im Körper her. Dann gibt er dem Gewebe mit sanftem Händedruck, der eher einer Massage gleichkommt, die Information, die Schutzhaltung aufzugeben und die Energie wieder fließen zu lassen – oft sind die Beschwerden schon am nächsten Tag so gut wie verschwunden. Das mag dem Laien zunächst wie eine Art Zauberei vorkommen. Dazu meint die Microkinesi-Therapeutin und Dozentin *Wiltrud Kayser*: „Microkinesi-Therapie ist eine Kunst wie Klavierspielen. Man muss es täglich üben. Wenn man es kann, berührt es den Menschen. Was dann passiert, fühlt sich leicht und richtig an – für den Patienten wie auch für den Therapeuten.“

Christoph Trick

Über den Autor

Christoph Trick war u. a. 8 Jahre Chefredakteur der Zeitschrift „Apotheken Kurier“. Derzeit schreibt er für verschiedene Magazine. Thematische Schwerpunkte: Gesundheit und Wellness, Ernährung, Kuren und Rehabilitation, Freizeit, Reisen und Sport.

► Weiterführende Informationen

- *Microkinesitherapie e. V.* (mit Therapeutenliste), www.verein-microkinesitherapie.de
- *Zentrum für Naturheilkunde (München)*, www.zfn.de
- *Medizinisches Fortbildungszentrum*, www.mfz-hannover.de
- www.youtube.com/watch?v=EEyLd32v1tc
- www.youtube.com/watch?v=MKkip31bQ8k
- www.youtube.com/channel/UC27hx6mXsZCsmCKVdwDZTWQ/videos

Schwarzer Knoblauch



- 100 % Bio-Anbau
- Fermentiert
- Ein besonderes Geschmackserlebnis

Unser Tee-Tipp!

FLOR-ESSENCE®

- Für Vitalität, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit
- Das Original aus Kanada
- Mehrfach prämiert als „Bestes Kräuterprodukt des Jahres“

