

Betrifft: Regeneration nach körperlich - geistigen Belastungen!

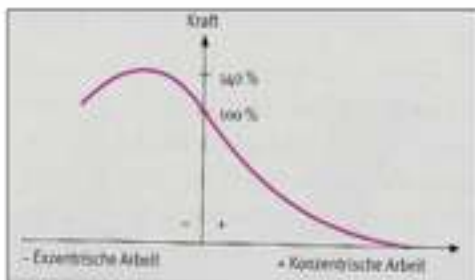
Das Osflow – Gerät eignet sich hervorragend zur schnellen Regeneration nach körperlich – geistigen Belastungen, hierzu zählen auch unterschiedlichste Streßsituationen. Das Gerät arbeitet nach dem Prinzip der logarithmischen Spirale, die entscheidend alle natürlichen Wachstumsprozesse steuert.

Aus Sicht der rhythmischen Spiralkinetik, die sich mit der Bewegung im Allgemeinen im Schwerkraftfeld der Erde beschäftigt, kann ein optimaler Energietransfer nur durch die bipolare Aufteilung der Spirale in ihren Gegensätzen erreicht werden. Jede Bewegung wird über den initialen Gegenschwung eingeleitet, hieraus resultiert ein Kraftzuwachs bis zu 140 %, der entscheidend die notwendigen regenerativen Vorgänge im menschlichen Organismus steigert. Durch diese Initialzündung vor jeder Bewegung wird die steuernde Muskulatur bis zu 120 % über ihre Grundlänge erweitert, so daß sich hierdurch die passiven potentiellen Energiereserven, die vor allem im elastischen Gewebe gespeichert sind, über einen regelrechten "Katapult – Effekt" entladen können. V. Schauberger nennt diese potentielle Energie die notwendigen Zugkräfte, die durch spiralförmige Bewegungen freigesetzt werden können, damit dann in einem zweiten Schritt die notwendigen Druckkräfte entstehen können, die dann die Schubkraft explosionsartig in eine bestimmte Richtung folgen läßt.

Jede Bewegung lebt vom Gegenschwung, der am computergestützten Arbeitsplatz vernichtet wurde!



Nur aus einer bestimmten Dehnungslage und über den Gegenschwung heraus (exzentrische Position) kann sich ein Muskel optimal verkürzen



Jede Bewegung lebt vom energiefördernden Gegenschwung! In einem zweiten Schritt folgt dann der Richtschwung mit seiner Druckkraft, der die potentielle Energie zielorientiert in Bewegung umsetzt.

Unsere gesundheitsfördernde Lebensspirale in ihrer bipolaren Ausrichtung wird also entscheidend von dem "Richtschwung – Gegenschwung – Prinzip" gesteuert und just an diesem Punkt beginnt das Kardinalproblem im gegenwärtigen Streßalltag. Aus Sicht der spiralkinetischen Biomechanik wird Arbeit durch die einseitige Anpassung des Menschen ohne den energiefördernden Gegenschwung verrichtet. An Motor, Maschine, Instrument und PC gehorchen die Arme und Hände nur noch den zielorientierten Befehlen dieser

Arbeitsgeräte und damit sind streßbedingte Erkrankungen besonders an den oberen Extremitäten, die Wirbelsäule eingeschlossen, vorprogrammiert. In dieser monotonen Bedienungshaltung des Menschen ist das natürliche Energiekonzept der logarithmischen Spirale nicht vorgesehen.

Die Anpassung des Menschen an die moderne Technik verläuft monoton unter gleichzeitiger Vernichtung des energiefördernden Gegenschwungs und damit sind streßbedingte Erkrankungen vorprogrammiert.

Im Zuge der technischen Entwicklung wurde somit aus der natürlichen Bewegung eine unnatürliche, in der der Energietransfer nicht mehr ordnungsgemäß verläuft, so daß Leistungsverluste und Krankheit die logische Folge sind. Das ist die gegenwärtige Realität im Streßalltag, vor allem aber an allen Arbeitsplätzen.

Der einseitige Anpassungsprozeß an die Arbeit ist eine unumstößliche Tatsache, die sich aus heutiger Sicht nicht ändern läßt. Ändern kann sich nur der Mensch in seinem Verhalten, indem er mit allen Mitteln versucht, den energiefördernden Gegenschwung der Spirale wieder in sein Alltagsgeschehen einzubauen und das geschieht auf zweierlei Wegen:

- Einmal durch "Gegenschwung – Stretching" über jeweils 7 Sekunden und das möglichst im 2 – Stundenrhythmus. Dieser Entspannungstakt ist erforderlich, weil der einmal gedehnte Muskel bei fortgesetzter Arbeit nach 2 Stunden wieder seine höchste Spannung aufgebaut hat.
- Oder zum anderen durch Geräte, die spiralförmige Bewegungen, wie das Osflow, in den Körper fluten, so daß hierdurch ein positiver Energieflow aufgebaut werden kann.

Der erste Vorgang ist ein aktives Geschehen, das durch das geänderte Verhalten des Menschen ausgelöst wird, der zweite geschieht auf passivem Wege, man steht auf dem schwingenden Gerät, kann aber durch unterschiedliche Körperhaltungen dafür sorgen, daß schwerpunktmäßig der zugeführte Energiestrom in bestimmten Körperregionen zur Entfaltung kommen kann.

Aus sportmedizinischer Sicht ist daher das Osflow-Gerät optimal geeignet, die verloren gegangene Energie unter Streßbedingungen auf einfache und schnelle Weise zurück zu führen, so dass hierdurch alle aufbauenden Prozesse im Körper auf natürlichem Weg wiederhergestellt werden können.

Prof. Dr. Gerd Schnack

FA Chirurgie/Unfallchirurgie

- Sportmedizin –

Allensbacher Präventionszentrum

Hirschweg 15 – 78476 Allensbach