

Ratgebermagazin für Lauf- & Ausdauersport

# condition



Mit  
**IGL** News

Über Stock und Stein

**9** Trailschuhe  
im Test

Kopfsache  
Sportverletzung:

Emotionale Aspekte  
und ihre Folgen

Mehr Fitness  
durch **Pflanzenpower**  
Tipps zur richtigen Ernährung

Training mit

**Michael  
Göhner**

Das  
Lauf-ABC

Lotions, Gels und Sprays

**18** UV-Schutzmittel  
im Sonnentest

Laufkalender  
Highlights  
im August

Tempotraining

Vom Jogger zum Läufer

**PLUS:** Schneller werden  
mit Mentaltraining



## Sportliche Höchstleistungen durch physikalischen Wirkstoff



Teilnehmer der TransAlp benutzen den BEMER zum Aufwärmen und zum Regenerieren

Immer mehr Topathleten und in zunehmendem Maße auch Freizeitsportler nutzen die Bio-Elektro-Magnetische-Energie-Regulation (BEMER) zur Verbesserung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit. Dabei gewinnen, neben dem Training, regenerative Maßnahmen immer mehr an Bedeutung. Die

Athleten erwarten Unterstützung bei der Regeneration ihrer beanspruchten Körper, bei schmerzenden Muskeln, überlasteten Strukturen und Erschöpfungs- bzw. Übertrainingssyndromen oder Sportverletzungen. Das BEMER Elektromagnetfeldsystem bietet dem Sportler eine legale, nebenwirkungsfreie und ursachenorientierte Möglichkeit, um diese Ziele zu erreichen. Pulsierende, elektromagnetische Impulse bis zur Stärke des natürlichen Erdmagnetfeldes wirken über eine Ganzkörpermatte – bei lokaler Anwendung auch über ein Spulenkissen bzw. Intensivapplikator – auf den Körper ein. Bereits nach wenigen Minuten Anwendung ist eine physiologisch gesunde, positive Beeinflussung des Funktionszustandes in der Mikrozirkulation, dem wichtigsten Teil der Durchblutung, feststellbar mit erhöhter Sauerstoffausschöpfung im Kapillargewebe. Diese Veränderungen bei der Durchblutung führen letztendlich zu einer besseren Versorgung der Körperzellen mit unter anderem Sauerstoff und Nährstoffen sowie einem beschleunigten Abtransport von Stoffwechselschlacken aus der beanspruchten Muskulatur. Somit optimieren sich die Regenerationsprozesse nach sportlichem Training oder Wettkampf.

Der Kaufpreis für ein zertifiziertes Heimtherapiegerät (Steuergerät, Spulenmatte und Intensivapplikator) beträgt 2.310,- €, monatlicher Ratenkauf bzw. Test ist möglich. Mediziner berechnen für eine Elektromagnetfeldtherapie etwa ab 15,- € pro Anwendung.

Infos unter [www.bemer3000.com](http://www.bemer3000.com)



### Mobilität bei akuten und chronischen Rückenschmerzen

#### Drei neue Lumbalbandagen zur Stabilisierung des unteren Rückenbereiches

Die drei anatomisch geformten Tricodur® Lumbalrückenbandagen aus atmungsaktivem Material bieten jetzt individuell Stabilität und Stützung für den unteren Lumbalbereich. Neben der Stabilisierung des unteren Rückenbereichs verbessern sie die Propriozeption und bewirken permanent einen „Memory-Effekt“ beim Patienten. Gleichzeitig haben sie einen angenehmen Wärmeeffekt. Die Bandagen bestehen aus hautfreundlichem Zweizugmaterial und passen sich optimal dem Körper an. Über die Kennzeichnung „oben“ wird bei Tricodur® Lumbal Pro und Pro Lady das Anlegen der Bandage erleichtert. Zusätzlich sorgt das neuartige Tricodur®-Verschlussystem mit zwei Fingertaschen für ein verbessertes Anziehverhalten, einen optimierten Sitz und ausgezeichneten Tragekomfort bei den drei neuen, waschbaren Lumbalbandagen.

Foto: Neu: Tricodur® Lumbal Pro Lady Rückenbandage mit Pelotte speziell für die weibliche Anatomie

Besuchen Sie unseren neuen Internetauftritt!

Über **1.000 Sportbücher und viele Fachzeitschriften** im Programm

Meyer & Meyer Verlag – Die Kompetenz im Sport

[www.dersportverlag.de](http://www.dersportverlag.de)

**MEYER  
& MEYER  
VERLAG**