

## PRESSEMITTEILUNG

### **Grippe und Erkältung jetzt wirksam vorbeugen**

***Die ganzheitliche Entspannungsmethode BOWTECH mobilisiert die körpereigenen Abwehrkräfte und stärkt das Immunsystem***

***Bonn, 23. September 2016. Der Übergang von der Hitze der letzten Wochen zu den kühlen Temperaturen des Herbstes ist eine Herausforderung für das Immunsystem. Husten, Schnupfen, Halsschmerzen und Fieber machen vielen zu schaffen. Dabei gibt es wirksame Möglichkeiten, das Immunsystem zu stärken und damit Grippe und Erkältung vorzubeugen. Dazu gehören neben einer gesunden Ernährung, ausreichend Bewegung und Schlaf auch Entspannungstechniken, die die körpereigenen Abwehrkräfte mobilisieren und Stress abbauen.***

Eine sehr effektive Methode dafür ist die Original Bowen Technik, kurz BOWTECH genannt. Im Gegensatz zu anderen Techniken setzt BOWTECH mit gezielten Griffen nur sanfte Impulse, die dem Körper dazu verhelfen, sich zu reorganisieren und dadurch zu entspannen. Der Anwender arbeitet dabei mit sehr sanften Grifffolgen über Muskeln, Bänder, Sehnen, Gelenke, Nerven und Faszien, wo sich die meisten Nervenendungen befinden, die die Impulse der Griffen weitergeben.

Beginnend mit der linken Körperseite wird immer an beiden Körperseiten gearbeitet, auch wenn die Beschwerden nur einseitig auftreten. Dadurch wird eine ausgleichende Wirkung auf den Körper erzielt. Das vegetative Nervensystem wird angesprochen und augenblicklich tritt eine Tiefenentspannung ein. Beeinflusst durch das vegetative Nervensystem, erhalten Herzfunktion, Atmung, Hormonsystem, Verdauung und das periphere Gefäßsystem die Möglichkeit sich zu regulieren. Das Lymphsystem wird aktiviert und damit die Entgiftung stark angeregt. Die Muskulatur entspannt sich, was wiederum die Durchblutung fördert. Diese vielfältigen Reaktionen im Körper stärken das Immunsystem, erhöhen die Abwehrkräfte und steigern die Leistungsfähigkeit.

Die BOWTECH Anwendung setzt sich aus mehreren Griffsequenzen zusammen. „Damit der Körper die Signale der Griffen verarbeiten kann, lasse ich den Patienten nach jeder Griffsequenz einige Minuten ruhen“, erklärt die Heilpraktikerin und BOWTECH-Anwenderin Regina Fischer die für diese Methode so wichtigen Pausen. Eine BOWTECH Anwendung dauert zwischen 30 und 45 Minuten. Der optimale Abstand zwischen den BOWTECH Anwendungen beträgt 7 bis 10 Tage; denn so lange arbeitet der Körper mit den Impulsen.

Die Erfahrung von vielen der mittlerweile über 500 BOWTECH Practitioner in Deutschland hat auch gezeigt: Nach etwa vier bis sechs Anwendungen besitzt der Körper durchaus die Fähigkeit – bei leichten Beschwerden in der Ruhephase, also über Nacht – sich an seine Selbstheilungsfähigkeiten zu erinnern.

Bildtext zum „Pressefoto Bowtech“:

Die sanften Griffen der Bowen Technik mobilisieren die Abwehrkräfte des Körpers und stärken das Immunsystem. (Bildnachweis: BOWTECH Deutschland e.V.)

## **Bowen Therapy Academy of Australia (BTAA)**

ist die weltweite Vereinigung, die die Lehre von Tom A. Bowen weitergibt und BOWTECH Lehrerinnen und Lehrer ausbildet. Weltweit sind etwa 80 BOWTECH Lehrerinnen und Lehrer und ca. 25.000 BOWTECH Practitioner in über 30 Ländern tätig.

## **Der Verein BOWTECH Deutschland e.V.**

wurde 2002 gegründet und ist von der Bowen Therapy Academy of Australia anerkannt. Zurzeit hat der Verein ca. 600 Mitglieder, über 450 davon sind als ausgebildete BOWTECH-Practitioner im Internet zu finden: unter [www.Bowtech.de](http://www.Bowtech.de).

## **BOWTECH Akademie Deutschland**

ist die von der Bowen Therapy Academy of Australia legitimierte Ausbildungsstätte für BOWTECH Practitioner in Deutschland. Für Deutschland sind zurzeit (2016) fünf BOWTECH Lehrerinnen und Lehrer tätig. Ausbildungsmöglichkeiten, Seminarorte und Seminartermine sind im Internet unter [www.Bowtech-akademie.de](http://www.Bowtech-akademie.de) zu finden.

## **Weitere Informationen:**

### **BOWTECH Deutschland e. V.**

Regina Fischer, 1. Vorsitzende  
Klostergasse 20b  
63694 Limeshain  
Telefon: 06048-446 99 87  
E-Mail: [1.vorsitzender@Bowtech-verein.de](mailto:1.vorsitzender@Bowtech-verein.de)  
Internet: [www.Bowtech.de](http://www.Bowtech.de)

### **Pressekontakt:**

Bodo Woltiri / facesso GmbH  
Plittersdorfer Straße 81  
53173 Bonn  
Tel 0228 - 377 273 – 0245  
E-Mail: [b.woltiri@facesso.net](mailto:b.woltiri@facesso.net)

### **Bowtech Akademie Deutschland**

Ansprechpartner: Ute Grams  
Björnsonstr. 30  
24939 Flensburg  
Tel. +49 (0)461-48 16 09 65  
Fax: +49 (0)461-84 03 507  
E-Mail: [info@Bowtech-akademie.de](mailto:info@Bowtech-akademie.de)  
Internet: [www.Bowtech-akademie.de](http://www.Bowtech-akademie.de)