



**John Ludescher,**  
Physiotherapeut und  
Erfinder des PhysioCaps

*Der Volksmund weiß um den Zusammenhang von „Aufrichtung, Haltung und Gefühlswelt“, wenn man davon spricht, das jemand „Vom Leben gebeugt“ wurde. „Kopf hoch“ sagen wir zu einem traurigen oder gebrochenem Menschen.*



[www.physiocap.com](http://www.physiocap.com)

**PhysioCap®**  
richtet Sie auf!



[www.physiocap.com](http://www.physiocap.com)

**PhysioCap®:**  
Trainingsgerät für  
mehr Haltung  
und Orientierung

Das PhysioCap verbessert Ihre Körperhaltung,  
konditioniert Nacken- und Wirbelsäulenmuskulatur,  
und entlastet zudem Ihre Bandscheiben!

Die positive Wirkung für Ihre Gesundheit entsteht durch die  
Druck-Gegendruckreaktion.

Sitzend, Stehend, oder auch bei Ihrem Spaziergang  
(Nordic Walking) ohne extra Zeitaufwand anzuwenden!



Durch die 600 gr. Silikoneinlage entsteht das Gefühl und  
der Effekt einen Wasserkrug auf dem Kopf zu balancieren.

**PhysioCap®:**  
ein Wohlfühlprodukt

Das PhysioCap fördert die Aufmerksamkeit und das  
Bewusstsein, hilft Ihnen also Ihre Mitte zu finden und  
damit in Balance zu kommen. Dies wirkt sich sehr  
wohltuend auf das Gemüt und die Psyche aus.

Die aufrechte Haltung, sprich die direkte vertikale  
Verbindung von Himmel und Erde, führt zu mehr  
Selbstbewusstsein, mehr Selbstvertrauen und einer  
erhöhten Körperwahrnehmung.

**Es geht um die Bewusste Haltung:**

- die Haltung des Körpers
- die Haltung zum Leben
- die Haltung gegenüber Herausforderungen

Es geht um das Aufrichten, die Aufrichtigkeit  
und das Aufgerichtet-Sein.

Das PhysioCap unterstützt Sie dabei sehr  
wirkungsvoll.



**PhysioCap®:**  
ein Gesundheitsprodukt

Bewusstes Aufgerichtet-Sein macht stark.

Das PhysioCap ist in der Physiotherapie entstanden  
und unterstützt und erleichtert viele Übungen,  
die zu einer korrekten Körperhaltung führen.

Die regelmäßige Anwendung verlängert die  
Schrittlänge und führt nach wenigen Wochen  
zu mehr Kraft, einer natürlichen Haltung und  
gesunden Ausstrahlung.

**Einsatzgebiete:**

- Bei Gelenks- und Rückenbeschwerden
- Bandscheibenprobleme
- Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich
- Fehlhaltungen
- Haltungsschwächen

