

# NEWS - Stuhl, der bei Rückenschmerzen hilft

Langes Sitzen ist Gift für den Rücken, das belegen zahlreiche wissenschaftliche Studien; und auch ein bekanntes Sprichwort sagt: „**Wer rastet, rostet.**“ Das deutet darauf hin, dass nicht das Sitzen an sich, sondern vielmehr die damit einhergehende Bewegungslosigkeit dem menschlichen Körper schadet.

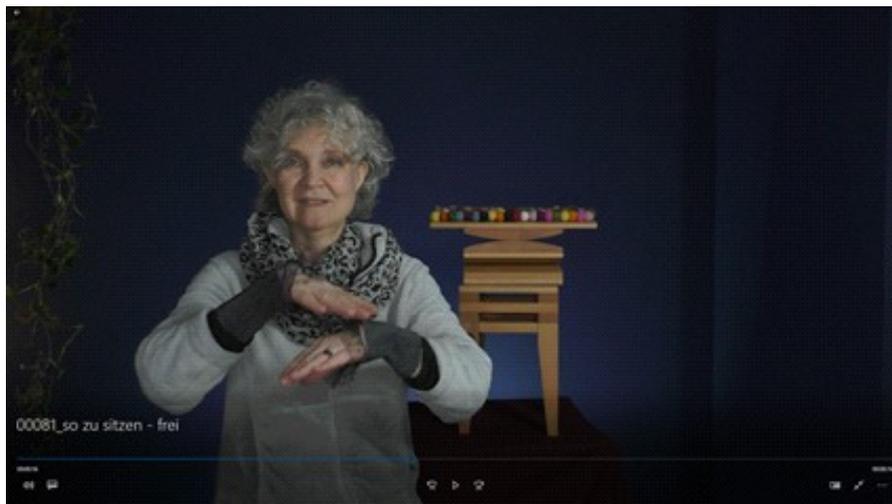
**Rückenschmerzen sind oftmals eine Folge zu langem Sitzen.**

Früher war es ein **Privileg der Gebildeten** und einst sogar den **Königen** vorbehalten, den größten Teil des Tages im Sitzen zu verbringen. In China erkannte man frühzeitig, wie sehr dies die Gesundheit des Rückens beeinträchtigt und so entstanden die unterschiedlichen Übungssysteme des QiGong, um die negativen Auswirkungen des langen Sitzens durch **Bewegungsübungen** wieder auszugleichen.

**Doch dafür ist Zeit erforderlich ...** und Zeit ist heutzutage ein kostbares Gut.

**Die erfreuliche Nachricht: Es gibt jetzt einen (r)evolutionären Bewegungsstuhl, der die gesamte Wirbelsäule auf eine vollkommen natürliche Weise ins Schwingen bringt** - und zwar **ohne jeden Zeitaufwand** - am Esstisch, am Schreibtisch und wo-auch-immer man im Alltag sitzt:

=> <https://youtu.be/lx1lpWBeFGw>



**Das Geheimnis des MiShu-Stuhles** ist sein sensibles Gelenk, das in 3 Dimensionen schwingt. Dadurch werden die vielen kleinen, feinen Muskelfaserbündel angesprochen, die direkt an der Wirbelsäule ansetzen. Nur wenn diese innerste „autochthone“ Muskelschicht gut trainiert ist, können die äußeren, großen Arbeitsmuskeln aufatmen und sich entspannen.

**MiShu-Erfinderin Gabriele Wander war früher selbst von chronischen Rückenschmerzen geplagt.** Krankengymnastik und medizinische Massagen halfen ihr nicht dauerhaft. Um sich selbst zu helfen, wurde sie Körpertherapeutin und machte sich eigeninitiativ auf die Suche nach einer Lösung für ihr Problem. Das Ergebnis einer 4-jährigen Entwicklungszeit ist MiShu:

=> <https://youtu.be/lx1lpWBeFGw>

Um nähere Informationen zum MiShu-Stuhl zu erhalten, nehmen Sie einfach Kontakt auf:

**MiShu | Gabriele Wander | Tel. +49 - (0)8092 - 85 266 58 | [info@mishu.de](mailto:info@mishu.de) | [www.mishu.de](http://www.mishu.de)**