



Datum: 2007-08-02 18:03:15 Thema: Rücken-Magazin

Fit for Golf – die Spezialisten der Golf Clinic München ...

... zu Gast am 10.08. in der Brunnthal-Golfrange

Wer kennt das nicht? Der Rücken schmerzt, Nacken und Schultern sind verspannt und was macht der Golfer-Ellbogen? Ein Fall für Ausdauertraining und Grundfitness für Golfer. Weil viele den Weg in die Praxis aber scheuen, kommen am 10.08. Markus D. Gunsch Master of Physiotherapie (Univ.) Dipl.- Physiotherapeut und Sportlehrer vom Wirbelsäulenzentrum München und Dr. Kurz von der Praxisklinik Dr. Schneiderhan, beide Partner der Golf Clinic München – offizielles Therapie- und Trainingszentrum der PGA of Germany – zwischen 18.00 und 20.00 Uhr in den Golfclub Brunnthal, um alle Fragen von Golfer-Rücken bis zum Golfer-Checkup im Rahmen der Präsentation des Golf-Cars von der Golf-Clinic-München/Taufkirchen vor Ort zu beantworten.

„Im Golfsport gibt es für den Bewegungsapparat klare Regeln. Aufwärmen und Muskulatur dehnen ist die Basis, Ballgefühl und die richtige Koordination während der Bewegungsabläufe die Fortführung, Kraft und Hebelwirkung auf die beteiligten Gelenke schaffen den Rahmen, damit der nächsten Golfrunde nichts mehr im Wege steht“ fassen Gunsch und Dr. Kurz komprimiert den Musterablauf für Golfsport zusammen.

Genau so wichtig wie Fitness und Schlagtechniken sind beim Golfsport die Ausrüstung und hier die Schuhe. Zu Rückengesundheit beim Golfspielen gehört für Gunsch und Dr. Kurz Schuhfitting. Nach einer Fußmessung vom Orthopädischen Schuhmachermeister nach Maßgabe des Arztes wird ein individuelles, sportives Fußbett angefertigt, das idealerweise im Bally Golf Maß-Schuh mit Seitenstabilität und Fersenführung Verwendung findet.

Am 10.08. – unter den Augen der Profis für mehr Gesundheit am Golfplatz – kann jeder seine eigene Golf-Fitness zeigen, die Spezialisten werden Rede und Antwort stehen.
Mehr unter <http://www.wsz-muc.de/>

