

# LAUFMAUS®

by Dr. med. Schüler

PARTNER FÜR DIE OPTIMALE HALTUNG  
HILFSMITTEL ZUR GESUNDUNG UND HEILUNG



WIRKUNG  
WISSENSCHAFTLICH  
BELEGT



## WAS IST DIE LAUFMAUS®?



Die **LAUFMAUS®** ist ein völlig neues, ergonomisch geformtes und ultraleichtes Griffelement mit 17 patentierten Eigenschaften bezüglich Form und Funktionalität.

Die **LAUFMAUS®** verbessert das Gangbild und lässt die Anwenderinnen und Anwender einfacher und gesünder laufen oder walken. Sie ist ein Partner für die optimale Haltung sowie ein Hilfsmittel zur Gesundung und Heilung.

Die Wirkung der **LAUFMAUS®** wurde von Expertinnen und Experten aus der Medizin, Sportwissenschaft und Physiotherapie getestet und bestätigt. Bereits mehr als 40.000 Walker & Läufer bestätigen die Wirkung der **LAUFMAUS®**.

## WIRKPRINZIP DER LAUFMAUS

4. Durch die veränderte Handhaltung werden die Schulterblätter näher zusammengeführt und der Brustkorb weitert sich. **DIE ATMUNG FÄLLT LEICHTER**. Der Oberkörper richtet sich auf und der Blick geht weiter nach vorn. **DIE BELASTUNG DER WIRBELSÄULE NIMMT AB.**

3. Die Außenrotation der Hände sorgt dafür, dass die Ellenbogen näher am Körper, parallel zur Laufrichtung, geführt werden. Dadurch nimmt die Oberkörperrotation ab.  
Der Vorteil: Eine **VERBESSERTE LAUFÖKONOMIE** und eine **GERINGERE GELENKBELASTUNG**.

1. **OFFENE und LOCKERE HÄNDE BEUGEN VERSPANNUNGEN** in Hand und Unterarm **VOR**. Nunötige Muskelaktivitäten sparen Energie.

6. Die **LAUFMAUS STIMULIERT DIE REFLEXZONEN** in der Handinnenfläche. Körperspannung, Wohlbefinden und Leistung steigen.

2. Die **LAUFMAUS** unterstützt die natürliche Außendrehung der Hände. Dadurch richten sich Elle und Speiche parallel aus und anatomische Engstellen öffnen sich. **Nerven, Blutgefäße und Lymphbahnen arbeiten besser.**

5. Durch die **VERBESSERTE LAUFHALTUNG** verbraucht der Körper weniger Energie und ermüdet nicht so schnell. **MAN LÄUFT LEICHTER** und **SCHONT** die **GELENKE**.



## WER STECKT DAHINTER?

Erfunden wurde die **LAUFMAUS®** von Dr. med. Horst Schüler, Facharzt für Allgemeinmedizin, Sportmediziner und Osteopath.

Vor einigen Jahren erlitt er eine Rückenmarksverletzung durch einen schweren Autounfall.

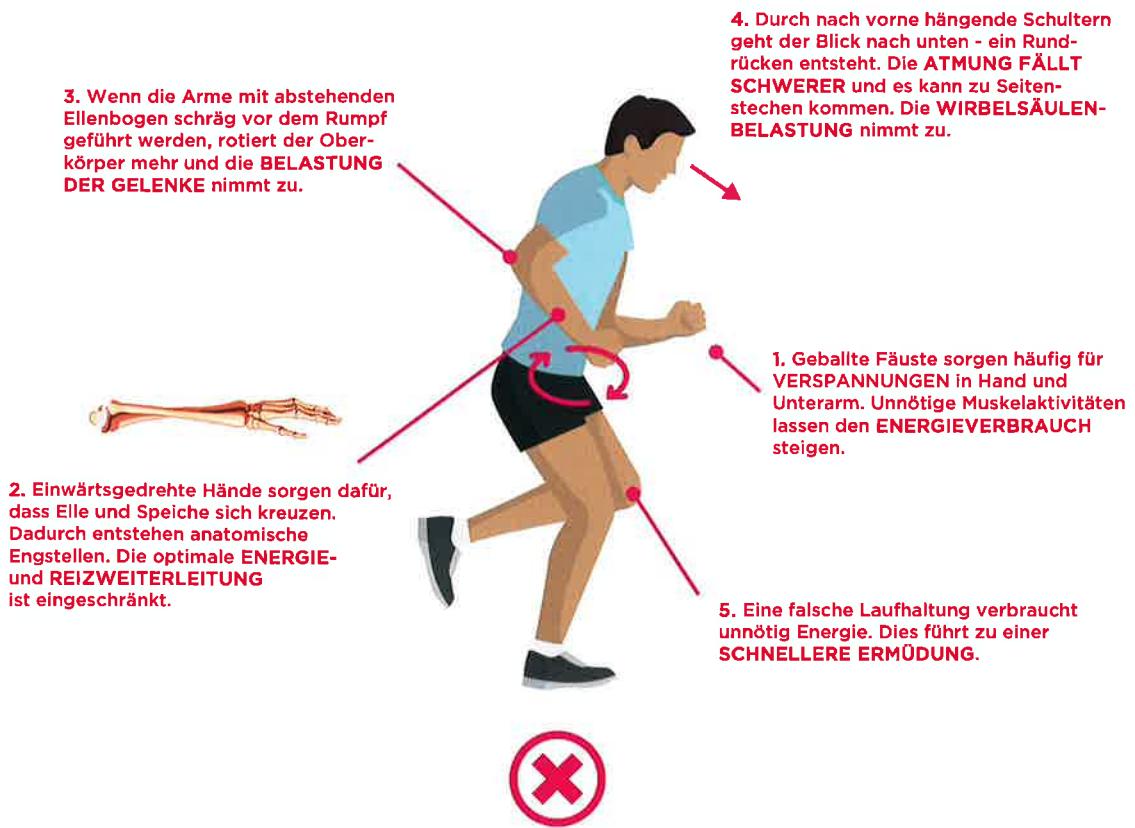
Zur Heilung seines Gesundheitszustandes nahm er sein Schicksal selbst in die Hand und entwickelte mit einem Expertenteam ein spezielles Handgriffelement, mit dem er wieder eine schmerzfreie, entspannte und aufrechte Körperhaltung einnehmen konnte.

Hieraus entstand die Idee, auch anderen Menschen über die Hände zu neuen Möglichkeiten der Bewegungsoptimierung zu verhelfen. Ein neuartiger und erwiesener Ansatz der die Gesundheit unterstützt und Heilung möglich macht.

Dies war die Geburtsstunde der **LAUFMAUS®**.



## FÄLSCHE LAUFHALTUNG



## STUDIEN BELEGEN



Die **LAUFMAUS®** wird zurzeit vielfältig beforscht. Neben dem Orthopäden **Prof. Dr. med. Stefan Sesselmann**, der bereits erste Forschungsergebnisse veröffentlicht hat, untersuchen auch der Neurologe **Prof. Dr. med. Tobias Warnecke** und die Sportwissenschaftlerin **Prof. Dr. Claudia Voelcker-Rehage** die **LAUFMAUS®**. Folgende Erkenntnisse sowie daraus abgeleitete medizinische Annahmen liegen bereits vor.



### REDUIERT VERSPANNUNGEN

Beugt Verspannungen in der Hand, im Unterarm und im Schulter-Nacken-Bereich vor.



### ERLEICHTERT LEITUNGSFUNKTIONEN

Anatomische Engstellen werden gelöst. Nerven, Blutgefäße und die Lymphe arbeiten besser.



### VERBESSERT DIE LAUFÖKONOMIE

Optimierter Einsatz des Armpendels. Reduziert die Herzfrequenz bei gleicher Belastung.



### RICHTET DIE WIRBELSÄULE AUF

Die veränderte Armhaltung sorgt dafür, dass Bandscheiben und Wirbelsegel entlastet werden.



### OPTIMIERT DIE ATMUNG

Durch die Aufrichtung der Wirbelsäule weitet sich der Brustkorb und die Atemmechanik wird verbessert.



### ENTLASTET DIE GELENKE

Durch die Reduktion der Oberkörperrotation nimmt die Belastung auf Hüfte, Knie- und Sprunggelenke ab.



### SENKT DEN ENERGIE-VERBRAUCH

Weniger Ermüdung und schnellere Erholung.



### FÜR ALLE

Geeignet für alle Gang- und Laufbewegungen. Präventiv und therapeutisch.

Unter der Leitung von Prof. Dr. med. Stefan Sesselmann wollen wir weitere Erfahrungen mit der **LAUFMAUS®** sammeln.

Mit dieser Broschüre sprechen wir Ärztinnen und Ärzte sowie Therapeutinnen und Therapeuten im Reha-Bereich an.

Wir laden Sie ein, die **LAUFMAUS®** in Ihrer Einrichtung zu testen und Ihre Erfahrungen mit uns zu teilen.

Daraus sollen weitere Beobachtungen von Anwendenden erstellt und Bachelor-, Master- oder Doktorarbeiten vergeben werden.

Haben Sie Interesse an einem TESTPAKET für Ihre Praxis oder Einrichtung, dann melden Sie sich gern beim LAUFMAUS-Team unter [info@laufmaus.run](mailto:info@laufmaus.run) oder telefonisch unter +49 2522 . 9467679,



welt der wunder

Mehr Informationen zur **LAUFMAUS®** und eine informative Reportage bei *Welt der Wunder* gibt es unter diesem QR-Code oder direkt unter: [www.laufmaus.run](http://www.laufmaus.run)

#EinfachBesserLaufen

