

# Sue Hitzmann Die MELT-Methode

Reading excerpt

[Die MELT-Methode](#)

of [Sue Hitzmann](#)

Publisher: Riva Verlag



<http://www.narayana-verlag.com/b19178>

In the [Narayana webshop](#) you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.

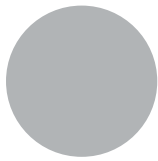
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@narayana-verlag.com](mailto:info@narayana-verlag.com)

<http://www.narayana-verlag.com>





# Inhalt

	Vorwort	7
	Einleitung	11
<b>Teil 1</b>	1 Die wahren Ursachen von Schmerzen	21
	2 Die Kraft der Faszien	35
	3 Das fehlende Kettenglied	49
<b>Teil 2</b>	4 Der Weg zum Hands-off-Körpertherapeuten	61
	5 Reconnect – in Verbindung gehen	67
	6 Rebalance – Balance herstellen	83
	7 Rehydrate – die Faszien rehydrieren	103
	8 Release – Entlastung	129
	9 Die MELT-Hand- und -Fußbehandlung	139
<b>Teil 3</b>	10 Vorbereitung der MELT-Praxis	157
	11 Rehydrieren von Beinen und Oberkörper	181
	12 Entlastung von Nacken und unterem Rücken	217
<b>Teil 4</b>	13 Die MELT-Maps	231
	14 MELT als begleitende Eigenbehandlung	267
	Zusammenfassung	291
	Danksagung	293
	Literaturverzeichnis	297
	Register	301



Sue Hitzmann

[Die MELT-Methode](#)

Massieren Sie Ihre Faszien. Gegen chronische Schmerzen und für mehr Beweglichkeit

304 pages, pb  
publication 2015



More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life  
[www.narayana-verlag.com](http://www.narayana-verlag.com)