

# Wissenschaftliche Vergleichs-Studie zur Mobilisierung der Wirbelsäule

Sehr geehrte Damen und Herren,

eine gesunde Wirbelsäule spielt im Alltag, im Beruf und im Sport eine wichtige Rolle! Zum Lösen von Verspannungen, zur Mobilisation von Gelenken und zur Kräftigung der Tiefenmuskulatur werden unterschiedliche Behandlungsmethoden angeboten.

Im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie möchten wir zwei Therapiekonzepte auf ihre Wirksamkeit und Nachhaltigkeit untersuchen. Diese Studie vergleicht die klassische Wirbelsäulenthherapie ohne Geräteunterstützung mit einer gerätebasierten Therapieform bei der ein Trainingstool für die wirbelsäulennahe Rückenmuskulatur zum Einsatz kommt (SPINEFITER BY SISSEL®).



Ziel ist es, festzustellen welche Therapieform nach 6-wöchigem Training zu besseren und nachhaltigeren Bewegungserfolgen der Wirbelsäule führt.

Der Zeitaufwand beträgt in Summe 7 Stunden: 30 min. für die Beweglichkeitsmessung zu Studienbeginn, 6 h Training (3 x 20 min. pro Woche über 6 aufeinanderfolgende Wochen), 30 min. Erfolgsmessung zu Studienende.

Wir suchen weibliche wie männliche Personen im Alter zwischen 30 und 59 Jahren ohne signifikante Vorerkrankungen mit einem Body-Maß-Index zwischen 22 und 30.



Die Tests werden ab dem 2. Januar 2024 im AthleticGolf Studio in Stephanskirchen bei Rosenheim und ab dem 8. Januar 2024 im Athletic Health Institut in München durchgeführt.

Wir würden uns sehr freuen wenn sie uns bei dieser Studie unterstützen und somit einen wichtigen Beitrag für die Gesundheit der Wirbelsäule leisten.

Im Gegenzug erhalten sie eine kostenfreie Physiotherapie und einen gesunderen Rücken!

Interessierte melden sich bitte unter:

[office@vandenberge.de](mailto:office@vandenberge.de) oder +49 172 2911440 per sms oder WhatsApp.

Herzlichen Dank für ihre Unterstützung. Wir freuen uns auf sie,

Jörg Vanden Berge  
Master of Science

**Die persönlichen Daten der mitwirkenden Personen bleiben absolut anonym und werden lediglich für wissenschaftliche Zwecke verwendet!**

