

Kinesio Taping

Ein hochelastisches, atmungsaktives, wasserbeständiges Pflaster wird direkt auf die Haut geklebt. Das Tape macht jede Bewegung mit, ohne die Bewegungsfreiheit einzuschränken. Dabei wirkt es schmerzlindernd und stoffwechsellanregend. Kinesio Taping wurde in den 1970er-Jahren von Kenzo Kase entwickelt. Angewendet wird es vor allem bei Problemen in den Muskeln, Sehnen oder Faszien (z.B. bei Rückenschmerzen) und zur Unterstützung des Lymphsystems.