

# DEN SCHMERZEN DAVONLAUFEN



Karl Müller

DAS GEHEIMNIS DER «KYBUN MECHANOTHERAPIE» LIEGT IM STEHEN UND GEHEN AUF WEICH-ELASTISCHEM BODEN. DIE MUSKULATUR WIRD TRAINIERT UND DIE HALTUNG VERBESSERT – UND ZWAR ALLEIN SCHON DURCH DAS VERWENDEN DER KYBUN-PRODUKTE IM ALLTAG. EIN INTERVIEW MIT DEM OSTSCHWEIZER ERFINDER UND UNTERNEHMER.

**K**ARL MÜLLER, WAS IST AN IHREM LUFTKISSENSCHUH SO SPEZIELL?

Im kyBoot wird der Fuss gefordert, sich in alle Richtungen aktiv zu bewegen. Das führt dazu, dass vor allem die tief liegenden Muskeln einem ständigen Balanceakt ausgesetzt sind. Die Haltung wird dadurch aufgerichtet und der ganze Muskelapparat entspannt.

DAS TÖNT JA GERADEZU FANTASTISCH. IST DER KYBOOT EIN «WUNDERSCHUH»?

Bei acht von zehn Kunden ist es wirklich so, dass sie vom ersten Schritt an schlicht begeistert sind vom kyBoot. Bei zwei von zehn Kunden geht es leider nicht so leicht – sie erleben teilweise sogenannte «Erstreaktionen» und sind auf zusätzliche Unterstützung angewiesen.

WAS GENAU VERSTEHEN SIE UNTER «ERSTREAKTIONEN»?

Wenn jemand zum Beispiel unter einem Beckenschiefstand leidet und vielleicht sogar hinkt, gleicht der kyBoot solche Schonhaltungen aus. So weit, dass der Mensch immer weniger hinkt und in vielen Fällen wieder schmerzfrei und aufrecht gehen kann. Nun geht dieser Prozess des Richtens vom schiefen zum aufrechten Becken nicht ohne Beschwerden. Es kann also vorkommen, dass zwischen durch das Lösen des Beckenschiefstandes ein schmerzhafter Prozess ist.

NUN GIBT ES ABER NOCH ANDERE SCHMERZZONEN DES BEWEGUNGSAPPARATES. HILFT IHR KYBOOT AUCH DA?

Ja! Das Gehen auf weich-elastischem Boden entspannt die Muskulatur, schont die Gelenke und fördert das Balancieren der Füße. Dies hat einen positiven Effekt auf Hüft- und Rückenschmerzen, Fusschmerzen wie Fersensporen, Knieprobleme und so weiter. Es tönt zwar unglaublich, doch die Ursache für alle diese Probleme ist dieselbe: Der Mensch ist schlicht nicht dafür gebaut, um in stützenden Schuhen auf harten, flachen Böden zu gehen.

SIE SAGTEN VORHIN, ZWEI VON ZEHN PERSONEN SEIEN UNZUFRIEDEN MIT IHREM SCHUH. WARUM?

Es ist sicher nicht so, dass der kyBoot dort nicht geeignet ist, aber es ist möglich, dass diese zwei eine intensivere Betreuung brauchen, wenn beispielsweise Muskeln zusätzlich gedehnt oder auch Blockaden gelöst werden müssen. Ist der Fuss am Anfang instabil und kann er auf dem weich-elastischen Boden keine präzise Bewegung ausführen, sind spezielle Übungen wie Geschwindigkeitswechsel, langsames Gehen, Rückwärtsgehen etc. durch den Therapeuten angezeigt.

BIETEN AUCH SIE SOLCHE THERAPIEN AN ODER GEBEN SIE DEN «SCHWARZEN PETER» AN DRITTE WEITER?

Unsere Vertriebspartner sind von uns ausgebildet, kennen die möglichen Erstreaktionen und empfehlen gezielte Übungen. Wir haben eine Physiotherapeutin und zwei Sportwissenschaftler, die vor Ort oder aber über E-Mail oder Telefon die Kunden bei Problemen und Fragen beraten. Jeder einzelne Kunde wird so lange von uns unterstützt, bis er zufrieden ist. Zudem sehen wir die «kybun MechanoTherapie» als einen Baustein im weltweit grossen Therapieverbund. Teilweise bieten unsere Partner das «kybun Intervall Walking» an, oder sie arbeiten mit Physiotherapeuten, Ärzten oder Masseuren zusammen.

«KYBUN INTERVALL WALKING», WAS VERSTEHEN SIE DARUNTER?

Beim «kybun Intervall Walking» wechseln sich zwei Phasen ab: Eine aktive Phase, in der der Übende leicht joggt. Die Muskulatur wird dabei gelockert und der Organismus angeregt. Dann, nach 15 bis 60 Sekunden, wechselt man in die regenerative Phase. Hier geht man möglichst langsam, balanciert und rollt kontrolliert den gesamten Fuss ab. Es werden die kleinen Muskeln trainiert und aktiviert.

Die wiederholte Wechselwirkung zwischen den beiden Phasen ist der Schlüssel. Ich bin absolut überzeugt, dass Intervall Walking die meisten Bewegungsschmerzen lindert!

**Gutschein**  
kyBoot 2 Std.  
kostenlos erleben!  
www.kybootshop.ch



**ICH BENUTZE** den kyBounder schon seit meiner Aktivzeit und konnte nicht zuletzt dadurch meine Verletzungen optimal kurieren. Den kyBoot trage ich seit vielen Jahren im Alltag – immer und überall.

*Jörg Abderhalden,  
dreifacher Schwingerkönig*



**FÜR UNS ÄRZTE** ist es eigentlich eine Vision und ein Traum gewesen, dass so etwas kommt. Man hat ein Gleichgewicht und eine Koordination, die bis ins Hirn geht und damit den Genuss noch vergrößert.

*Dr. med. Rolf Hohmeister,  
Facharzt Physikalische Medizin  
und Rehabilitation, Bad Ragaz*



**AUS MEDIZINISCHER SICHT** empfehle ich den kyBoot vor allem Patientinnen und Patienten, die Haltungsfehler oder Probleme mit den Knien haben.

*Prof. Dr. med. Christian Gäbler,  
Facharzt für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie, Gelenkzentrum Wien*

**DAS TÖNT, ALS OB ES AUCH FÜR MENSCHEN MIT ÜBERGEWICHT GEEIGNET WÄRE?**

Übergewichtige Menschen profitieren vom Intervall Walking, weil es gelenkschonend ist. Und auch «Bewegungsmuffel» haben Spass an dieser Art der Therapie, weil die kyBoot-Sohle, ähnlich einem Trampolin, zurückfedert. Bisher habe ich noch niemanden erlebt, dem dieses Trampolingefühl keinen Spass bereitet! Das Intervall Walking gibt, da bin ich überzeugt, die Freude an der Bewegung zurück. Und dies ist einer der wichtigsten Schritte in die richtige Richtung – zum bewegten Alltag.

**HABEN SIE ERFAHRUNGSWERTE? ZUM BEISPIEL PATIENTENERLEBNISSE? ODER ETWAS ANDERES GREIFBARES?**

Es gibt das Unternehmen kybun seit 2007. Seit unserem ersten Jahr sind wir ständig gewachsen. Wir sind weltweit in mittlerweile 19 Ländern vertreten. Mehr als 200 000 Menschen wenden unsere Produkte mit Erfolg an und unterstützen damit ihre Gesundheit.

Patientenerlebnisse gibt es zuhauf, ein paar wenige sind unter «Meinungen» auf unserer Homepage [www.kybun.ch](http://www.kybun.ch) aufgeschaltet. Wir haben namhafte Ärzte, die unsere Produkte mit Überzeugung

empfehlen, sie selber täglich benutzen. Weil die Ärzte als Experten wissen, wie gesund sie für sie sind und welche positiven Auswirkungen sie auf die Menschen haben.

**KARL MÜLLER, ICH DANKE IHNEN FÜR DAS INTERESSANTE GESPRÄCH.**

**Kontakt:**  
kybun AG – kybun Tower  
Mühleweg 4  
9325 Roggwil  
Tel. 071-454 65 00  
Fax 071-454 65 01  
E-Mail: [info@kybun.ch](mailto:info@kybun.ch)  
Internet: [www.kybun.ch](http://www.kybun.ch)



Dank der einzigartigen Schweizer Luftkissen-Sohle geniessen Sie warme Füsse und schweben beim Gehen.