

Stichwortverzeichnis

A

Automatisation 17
Automatisierte Handlungen 17

B

Bewegungskonzept
– ganzheitliches 10
Blockaden 14
Bodyscan 30

D

Differenzierung 62

E

Entspannung 13

F

Faszien 71
Feldenkrais 10
Feldenkrais-Übungen 11
Freude 14

G

Gelenkschmerzen 12
Gewohnheiten 16
Gleichgewichtsprobleme 12

H

Haltungsschäden 14
Hormone 14

I

Ich-Bild 15

K

Konzentration 14
Körperbild 15

L

Leistungssteigerung 12
Lernfähigkeit 10
Lernprozess 11, 20
limbisches System 14

M

Meditation
– westliche 13
Muskelverspannungen 12

N

Nervenprozesse 11
Nervenverbindungen 13
neuronale Netze 15
Neurophysiologie 10

Neuroplastizität 17
Neuropsychologie 10

P

Pausen 20
Psyche 14

R

Rückenschmerzen 12
Rückenschule 15
Ruhe 13

S

Sehkraft 48
Selbstbild 14, 15
Selbstvertrauen 14
Spürpausen 20
Stimmung 14
Synapsen 13, 16

V

Verspannungen 14

W

Wiederholungen 21

Liebe Leserin, lieber Leser,

hat Ihnen dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen.
So können wir in Zukunft noch besser auf Ihre Wünsche eingehen.
Schreiben Sie uns, denn Ihre Meinung zählt!

Ihr TRIAS Verlag

kundenservice.thieme.de | Lektorat TRIAS Verlag, Postfach 30 05 04, 70445 Stuttgart



[/trias.tut.mir.gut](https://www.facebook.com/trias.tut.mir.gut)



[/trias_verlag](https://www.instagram.com/trias_verlag)



[/triasverlag](https://www.pinterest.com/triasverlag)



www.trias-verlag.de/newsletter