

Fussball und Ätherische Öle

WUNDERWERK

aroma



Ätherische Öle haben viele Anwendungsgebiete für Sportler und Sportlerinnen, besonders in den Bereichen Fokus, Klarheit, Energiesteigerung und Regeneration. Ätherische Öle haben auch den Vorteil, dass sie im Gegensatz zu Medikamenten und Nahrungsergänzungen keine Nebenwirkungen haben und trotzdem spürbare Verbesserungen bringen.

Bereits 10 Jahre bin ich als medizinische Betreuungsperson einer Herrenfussballmannschaft genau in diesen vier Bereichen gefordert. Glaube mir, ich habe bereits diverses mit den Spielern ausprobiert, aber alles hat nicht die gewünschte Wirkung erzielt. In der letzten Saison habe ich daher Deep Blue und Air in meine Betreuungstasche integriert. Diese beiden Öle unterstützen in den Bereichen Fokus, Klarheit, Energiesteigerung und Regeneration. Nach anfänglicher Skepsis, was ich wohl damit bewirken möchte, sind meine Spieler nun hellauf begeistert und freuen sich immer wieder auf eine wohltuende Massage an den Beinen oder am Rücken. Aktuell ist aber bei allen Spielern die Kopfmassage sehr beliebt.

Als Team haben wir den Ligaerhalt in der 2 Liga gesichert, hatten kaum verletzte Spieler während der Saison und nebenbei riecht die Garderobe auch noch angenehm nach ätherischen Ölen und nicht nur nach Blut, Schweiß und Arbeit.



Deep Blue – du hast dich vertreten, die Muskeln überanstrengt? Deep Blue kann dir nach einem anstrengenden Training oder Spiel gute Dienste leisten. Das Öl oder auch die Salbe direkt auf die betroffene Stelle auftragen und das wohliger wärmende Gefühl oder den kühlenden Effekt dieser Ölmischung genießen. Im Übrigen kann Deep Blue auch schon bei einer intensiven Erwärmung zum Einsatz kommen, um Muskeln und Gelenke im Aufwärmprozess zu unterstützen und Muskelkater oder Verletzungen vorzubeugen.

Freie Atmung gewünscht? **Die Air-Ölmischung** lässt dich sowohl beim Training als auch beim Spiel frei durchatmen und wirkt aufgrund des minzigen Aromas gleichzeitig belebend. Einen Tropfen aus der Hand inhalieren, auf der Stirn und auf der Brust auftragen, macht die Atmung frei und klar. Die Spieler genießen jeweils eine kurze Kopf-/Ohrmassage mit Air um den Fokus für das Spiel zu erlangen. Dazu habe ich bereits Air mit fraktioniertem Kokosöl gemischt, damit ich dies immer Griffbereit in meiner Tasche habe.



Hat folgende Wirkungen:

- Deep Blue Rub hat eine beruhigende Wirkung, die den Gelenken Linderung verschafft und die Muskeln kühlt.
- Wirkt bei Anwendung auf der Haut kühlend und bietet gezielte Linderung.

Nutze auch du ätherische Öle beim Sport! Ich werde mich nach weiteren Ölen umschauen und diese in meine Arbeit als Betreuungsperson einbinden.

Spielerfeedback

"Vor jedem Spiel reibe ich mir meine Oberschenkel mit Deep Blue Rub ein und ich kann 90 Minuten sprinten ohne schwere und müde Beine zu haben."

"Durch die Kopfmassage von Sabrina vor jedem Match, kann ich meinen Fokus auf das Spiel lenken."

"Air ist ein super Öl um vor allem bei nassem und kaltem Wetter ein freies Durchatmen zu unterstützen."

"Ich bin gespannt mit welchen neuen Ölen und Produkten Sabrina uns in der neuen Saison beglückt und unterstützt."

"Durch diese tollen Produkte kann ich auf gesunde, vitale und sportliche Spieler zählen und zurückgreifen."

"Ich freue mich, dass die Spieler die tollen Produkte angenommen haben und diese jetzt zum Inventar der Betreuungstasche gehören und täglich verwendet werden."
Sabrina Berwert