

# woman's

SCHÖNHEIT FÜR SIE UND IHN

2 | APRIL/MAI 2005

## mbt - Schuhe



### EIN GESUNDHEITSSCHUH WIRD ZUM LIFESTYLEPRODUKT

**STRAFFE BEIN-, GESÄSS- UND BAUCHMUSKULATUR OHNE ÜBUNGEN UND ZUSÄTZLICHEN ZEITAUFWAND! DURCH DAS TRAGEN VON MBT-SCHUHEN DER SWISS MASAI AG WERDEN DIE PROBLEMZONEN SCHRITT FÜR SCHRITT GESTRAFFT UND AUSBALANCIERT. ES ENTSTEHT EIN AUFRICHTER, NATÜRLICHER UND SCHÖNER GANG.**

Text: Regula Hochuli Fotos: © by Swiss Masai Vertrieb AG Quelle: Swiss Masai Vertrieb AG,

Worin liegt das Geheimnis der MBT-Schuhe? Der MBT ist mehr als nur ein Schuh. Er ist ein Bewegungskonzept, das unsere natürlichen Bewegungsabläufe beim Gehen und Stehen wiederherstellen kann. Das Revolutionäre liegt in der Sohlenkonstruktion des MBT. Anstelle eines harten Absatzes hat der Schuh einen weichen und elastischen Kern, den sogenannten Fersentaster. Erinnern Sie sich noch, wie Sie als Kind barfuß über Wiesen und moosige Waldböden gingen? Das gleiche Gefühl bekommen Sie durch den Fersentaster. Bei jedem Schritt sinken Sie in den Boden ein. Am Anfang ist das Gehen mit dem MBT noch ungewohnt. Ein Unterschied zu gewöhnlichen Schuhen ist allerdings sofort spürbar.

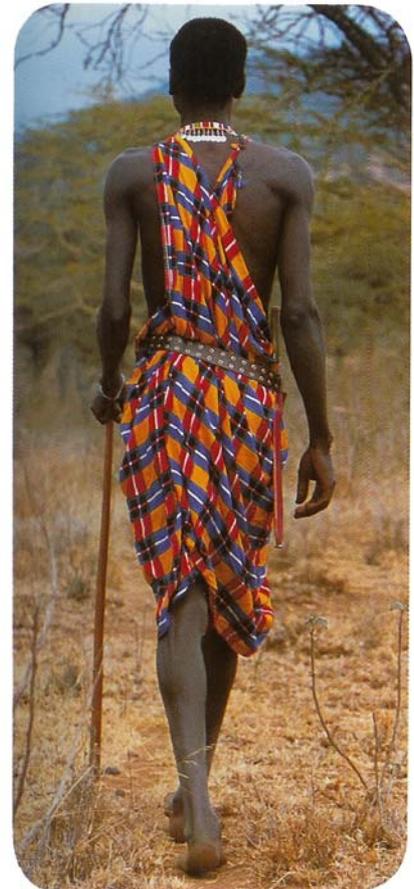
#### Gesundheitsschuhe avancieren zum Modetrend

Gewöhnungsbedürftig ist auch das Design des Schuhs. Er wirkt aufgrund seines Sohlenaufbaus etwas schwerfällig. Seit diesem Jahr arbeitet Swiss Masai mit einem italienischen Schuhdesigner zusammen, um die optische Form zu verbessern. Klaus Heidegger, der letztes Jahr zusammen mit einer Investorengruppe die Aktienmehrheit von Swiss Masai übernommen hat und mit dem Spezialschuh den amerikanischen Markt erobern will, ist überzeugt, dass das Design bald kein Hinderungsgrund mehr ist für den Kauf eines MBT. «Geschmack ist von der momentanen Modeströmung abhängig.» Seine Freunde, zu denen viele Stars, Politiker und Fotomodelle zählen, tragen die speziellen Schuhe und zeigen der Öffentlichkeit, was für ein sensationelles Produkt der MBT ist. In den USA werden die Schuhe als Lifestyleprodukt verkauft, während in der Schweiz der therapeutische Nutzen im Vordergrund steht.

Jährlich werden mehr Schuhe abgesetzt. Ende 2004 konnte der Verkauf des millionsten MBTPaars gefeiert werden. Und in drei bis vier Jahren soll MBT bedeutender sein als Nike. Die MBT-Schuhe werden alltags- und auch fashiontauglich. Dieser Trend wird unterstützt durch bekannte Träger wie Glenn Close, Cher, Wolfgang Joop und Claudio Minder oder Spitzensportler wie Oliver Bernhard. Der MBT-Schuh wurde vom Schweizer ETH-Ingenieur Karl Müller entwickelt und vor sechs Jahren auf den Markt gebracht. Ursprünglich als medizinisches Trainingsgerät vorgesehen, kommt der MBT heute in folgenden drei Gebieten zum Einsatz: Lifestyle, Sport und Medizin.

#### Schritt für Schritt zu mehr Schönheit

Mit MBT wird jeder Schritt und auch das Stehen zum Training. Dank der speziellen Sohlenkonstruktion werden die Muskeln trainiert, gedehnt und wieder entspannt. Beim Gehen muss sich der Körper ständig ausbalancieren und aufrichten. Dies belastet die Gelenke auf natürliche Weise und fördert die Durchblutung. Bein-, Gesäß- und Bauchmuskulatur werden gestärkt und gestrafft, das Gewicht wird reduziert. Es entsteht ein aufrechter, natürlicher und schöner Gang. Und dank der verbesserten Körperhaltung gewinnen die Trägerinnen und Träger an Ausstrahlung. Die einzigartige Wirkungsweise des MBT wurde vom Human Performance Laboratory der Universität Calgary, dem weltweit führenden Forschungsinstitut für biomechanische Prozesse, belegt und bestätigt.





In England und Amerika wird der MBT als «der Anti-Cellulite-Schuh» propagiert: straffe Muskulatur in den Problemzonen und Reduktion der Orangenhaut durch das bloße Tragen der Spezialschuhe. Kein Wunder sind die Schuhe in den USA und England vor allem bei Frauen äusserst begehrt. Es gab zeitweise sogar Wartelisten von zwei Monaten. Bewiesen ist der Anti-Cellulite-Effekt noch nicht. Zurzeit wird darüber eine Studie durchgeführt.

#### Das kleinste Fitnesscenter der Welt

Das Tragen des MBT im Alltag bedeutet ein Zusatztraining ohne Zeitaufwand. Der weiche Fersentaster aktiviert Muskeln, die normalerweise vernachlässigt werden. Laufstil und Koordination werden verbessert. Interessant ist auch, dass der Kalorienverbrauch beim Gehen mit MBT höher liegt als beim Walking oder Joggen. Sportlern ermöglicht der MBT eine Sofortregeneration nach anstrengenden Trainings oder Wettkämpfen. Und dank dem MBT-Training sind Sportler weniger oft verletzt und erholen sich nach Verletzungen schneller.

#### Mehr Lebensqualität dank natürlicher Fortbewegung

Mit dem MBT-Schuh tun Sie nicht nur etwas für Ihre Schönheit und Fitness, sondern auch für Ihre Gesundheit. In der Medizin ist der MBT eine effiziente und schnell wirksame Therapiemethode für Probleme an Füßen, Knien, Hüften und am Rücken. Rückenbeschwerden können durch die Muskulaturstärkung reduziert werden. Muskelverspannungen werden gelöst. Die Haltung richtet sich auf, und der Körper wird in seine natürliche Form zurückgeführt.

Der korrekte Einsatz des MBT will gelernt sein. Jeder Käufer erhält einen Gutschein für einen Trainingskurs, in dem er von einem MBT-Instruktor professionell in den Gebrauch des Schuhs eingeführt wird. Zudem liegt jedem Schuhkarton eine DVD bei, auf der Übungen und die praktische Anwendung gezeigt werden und mehr über die Technologie zu erfahren ist.

#### Was verbindet den MBT mit den Masai?

MBT steht für «Masai Barfuss Technologie®». Die Masai sind ein Nomadenvolk, dessen Leben vom Hüten der Viehherden geprägt ist. Täglich legen die Masai barfuss lange Strecken auf natürlichen und unebenen Böden zurück. Diese grossen, schlanken und schönen Menschen sind bekannt für ihren aufrechten Gang, ihre Sportlichkeit und ihre gute Gesundheit. Der MBT imitiert das Terrain der Masai und verwandelt den harten und flachen Boden, auf dem wir uns täglich bewegen, in einen weichen und natürlichen Untergrund. Zudem engagiert sich Swiss Masai für das Volk der Masai und unterstützt die von Robert F. Kennedy jr. geführte Organisation Waterkeepers, die Brunnen für die Masai baut. Dies soll dem Volk besseren Zugang zu sauberem Wasser ermöglichen.

Nutzen wir die rund 10000 Schritte, die wir täglich auf harten, flachen und unnachgiebigen Kunstböden gehen. Mit dem MBT-Schuh wird jeder Schritt, ja schon das Stehen zum Training. Es war noch nie so einfach, gleichzeitig etwas für die Schönheit, Fitness und Gesundheit zu tun. ■



Bild: Mode Weber



Bild: Mode Weber



Bild: Mode Weber



Bild: Mode Weber

Folgende Effekte können mit MBT erzielt werden:

#### Lifestyle

- Straffung von Beinen, Bauch und Po
- Gewichtsreduktion
- aufrechte Haltung
- schöner und natürlicher Gang
- Stärkung der Muskulatur

#### Fitness

- Konditionssteigerung
- Aktivierung wenig beanspruchter Muskulatur
- effizienteres Training
- Verbesserung der Ausdauer
- Vorbeugung von Verletzungen
- schnelle Regeneration nach Verletzungen

#### Medizin

- Reduktion von Rückenbeschwerden
- Therapiemethode bei Fuss-, Knie-, Bein- und Hüftproblemen
- Therapiemethode bei Gelenk-, Muskel- und Sehnenverletzungen
- Lösung von Muskelverspannungen