

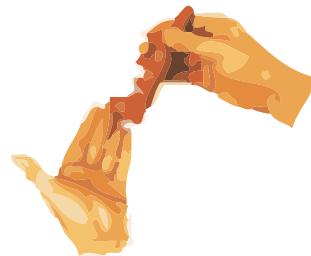
## JOSEF BAR Massagegriff

Durch Hebelwirkung können die Zonen ohne großen Kraftaufwand gezielt massiert werden. Ob auf Reisen, im Bus, im Auto oder im Flugzeug der handliche Josef Bar ist stets griffbereit und kann bei Verspannungen oder Beinmüdigkeit angewendet werden (aus Kunststoff oder Ahornholz).



- 愛就是讓大家分享健康的福音

### 6 Grundgrifftechniken



**Grifftechnik 1.: Pistolengriff**  
**Grifftechnik 2.: Pinselgriff**  
**Grifftechnik 3.: Beugegriff**

**Grifftechnik 4.: Tragegriff**  
**Grifftechnik 5.: Hackgriff**  
**Grifftechnik 6.: Schiebegriff**