

VORWORT **4****TEIL 1****ALLGEMEINES ZUM TAPING** **6**

1.	Einführung	7
2.	Kontraindikationen	7
3.	Wirkung des Tapes	9
4.	Wirkung der Farben	10
5.	Vorbereitung von Fell und Tape	12
6.	Kinesiologisches Tape versus Gittertapes	15
7.	Tapingfachbegriffe	16

TEIL 2**TAPINGTECHNIKEN** **20**

2.	Tapingtechniken	21
2.1	End-to-End-Technik	21
2.1.1	Vibrationstechnik	22
2.1.2	Spannungstechnik	22
2.1.3	Verwringungstechnik	22
2.1.4	Fächertechnik	25
2.1.5	Zopftechnik	26
2.1.6	Propriozeptionstechnik	27
2.2	Inside-Out-Technik	29
2.2.1	Stabilisierungstechnik	29

TEIL 3**KRANKHEITSBILDER VON****A BIS Z TAPEN** **32****TEIL 4****TAPING MIT ANDEREN THERAPIE-****FORMEN KOMBINIEREN** **182**

4.1	Akupunktur	183
4.2	Balance Pads	185
4.3	Laser	186
4.4	Magnetfeldtherapie	187
4.5	Manuelle Therapien	188
4.6	Massage-/Fasziengeräte	188
4.7	Wärmekissen	188
4.8	Wasser (Aquatrainier/Güsse)	189
	Danksagung	190
	Über die Autorin	190
	Quellen	191