

# Brake Check – Somatic Control.

## Ziehst du unter Last unbewusst die Bremse?

- Du trainierst konsequent, aber es fühlt sich nicht mehr sauber an.
- Beschwerden kommen oder wechseln ohne klare Ursache.
- Technik oder Timing brechen unter Druck weg.
- Regeneration greift schlechter als früher.
- Mehr Training macht es nicht besser.
- Therapie hat kurzfristig geholfen – aber unter Last kommt das Thema zurück.

Wenn du dich hier zwei- bis dreimal wiederfindest, lohnt sich Klarheit, bevor du weiter trainierst.

Wenn dein Körper unter Last schützt,  
ist weiteres Training keine Lösung.

Der nächste sinnvolle Schritt ist eine präzise Analyse,  
**wo** diese Bremse entsteht – und **warum**.

,  
60-Minuten Neuro-Scan anfragen