

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