**Finger-Zehen-Strom**

Der Finger-Zehen-Strom ist ein sehr kraftvoller Strom. Er ist ein Helfer

in vielen Lagen, z.B. nach Unfällen oder Operationen und wird daher auch «Krankenhausstrom» genannt. Der Strom versorgt die Wirbelsäule, alle

Organe und durchwebt uns quer durch den gesamten Körper.

Halte nacheinander die Finger der einen Hand mit den Zehen des dazu

gegenüber liegenden Fusses in folgender Kombination:

1. Daumen – Kleiner Zeh

2. Zeigefinger – 4. Zeh

3. Mittelfinger – 3. Zeh

4. Ringfinger – 2. Zeh

5. Kleiner Finger – Grosser Zeh

Ströme jeweils die Zehen auf der Körperseite auf welcher du sitzt und halte die Positionen um die 3-4 Minuten oder so lange bis du ein gleichmässiges Pulsieren spürst.

**Finger-Zehen-Strom**

Der Finger-Zehen-Strom ist ein sehr kraftvoller Strom. Er ist ein Helfer

in vielen Lagen, z.B. nach Unfällen oder Operationen und wird daher auch «Krankenhausstrom» genannt. Der Strom versorgt die Wirbelsäule, alle

Organe und durchwebt uns quer durch den gesamten Körper.

Halte nacheinander die Finger der einen Hand mit den Zehen des dazu

gegenüber liegenden Fusses in folgender Kombination:

1. Daumen – Kleiner Zeh

2. Zeigefinger – 4. Zeh

3. Mittelfinger – 3. Zeh

4. Ringfinger – 2. Zeh

5. Kleiner Finger – Grosser Zeh

Ströme jeweils die Zehen auf der Körperseite auf welcher du sitzt und halte die Positionen um die 3-4 Minuten oder so lange bis du ein gleichmässiges Pulsieren spürst.