

# Inhalt

<b>Verzeichnis der Indikationen</b>	<b>10</b>
<b>Vorwort zur aktuellen Auflage</b>	<b>13</b>
<b>Die Methode und Hinweise zu den Gitterpflastern</b>	<b>18</b>
<b>Hinweis zum Buch</b>	<b>19</b>
<b>Altbewährt und neu entdeckt: Die Gitterpflastermethode</b>	<b>20</b>
<b>Was ist ein Gitterpflaster? / Gitterpflastergrößen</b>	<b>23</b>
<b>Energie, Ladung und Selbstheilungskräfte</b>	<b>25</b>
<b>Gesundheit und Krankheit aus energetischer Sicht</b>	<b>26</b>

<b>So werden die Gitterpflaster richtig aufgeklebt</b>	<b>28</b>
<b>Drei Schritte bis zum perfekten Aufkleben</b>	<b>29</b>
<b>Bitte beachten Sie / Richtiges Vordehnen</b>	<b>30</b>
<b>Wichtige Anwendungshinweise</b>	<b>31</b>
<b>Praktische Fragen und Antworten rund um die Gitterpflaster</b>	<b>32</b>
<b>Wichtige Hinweise für Babys, Schwangere und Problemhaut</b>	<b>36</b>
<b>Zusammenfassung</b>	<b>39</b>
<b>Anwendungsbeispiele von A – Z</b>	<b>40</b>