
Stjärnorna som fått hjälp av Makus

SPORT 2008-05-10

Här är tre av de idrottsstjärnor som blivit behandlade av Markus Greus.

Fredrik Berglund, forward i Elfsborg, Borås:

Jag behövde komplettera min ordinarie behandling i Elfsborg och fick rådet av min kompis (och Elfsborgs förre sjukgymnast) Tommy Olausson att gå till Markus. Jag har kört ett halvtimmestprogram före varje match och träning de senaste tre månaderna och det har gett mig mer energi på alla plan. Det var på gång att jag skull operera ljumsken i mars, men den har blivit successivt bättre med träningsprogrammet från Markus Greus tillsammans med akupunktur. Jag tror alla kan se att jag blivit snabbare och smidigare i år. "

Sofia Arvidsson, Sveriges bästa tennisspelare, Halmstad:

Jag hade aldrig hört talas om postural terapi innan jag träffade Markus. Men han lade om min träning så att jag blivit snabbare. Jag kände att det hjälpte direkt. Tennis kan jag ju ganska bra efter alla år, men det är svårt att veta allt om den fysiska biten."

Jonas Colting, triatlonstjärna från Borås:

Jag har jobbat med Markus sedan 2003 och han fungerar lite som min personliga tränare. Han är kompetent på sitt område – nydanande och med sunda idéer. Även som idrottsman av hög kaliber har man sina problem. I mitt fall handlar det om att bli mer rörelseekonomisk – att använda rätt muskler till rätt saker. Det är kul att ha varit en av de första som jobbat med honom."

© Borås Tidning. Allt material på bt.se är skyddat enligt upphovsrättslagen.