

# Cornélia

## Edye

Suite à une hospitalisation de plusieurs mois à l'hôpital de l'île à Berne il y a deux ans, j'avais perdu une grande partie de mes muscles.

En sortant de l'hôpital, j'avais beaucoup de peine ne serait-ce qu'à me déplacer. Inutile de plus, d'imaginer de soulever quoi que ce soit sans me démettre le dos.

J'ai appris à connaître Olivier Panizza par un flyer déposé chez le chiropraticien Dr. T. Berna dans son cabinet.

Peu à peu, Olivier Panizza m'a aidé tout d'abord à reprendre confiance, à réapprivoiser mon corps. Très lentement et grâce à son coaching soutenu, j'ai passé tout d'abord de 5 minutes de marche à une demi-heure. Aussi, j'ai pu peu à peu renforcer mon dos et toute ma musculature.

Actuellement, je suis intégrée dans son cours de gymnastique de dos qui a lieu tous les mercredis soirs de 18h30 à 19h que je suis assidûment. Depuis, j'ai pu sensiblement augmenter mon temps de marche qui peut se situer aujourd'hui entre 2 et 3h. Je n'ai pratiquement plus besoin des soins de mon chiropraticien. De moins en moins, un mauvais mouvement porte à conséquence.

J'ai une grande reconnaissance envers Olivier Panizza. J'apprécie particulièrement son approche et son enseignement qui se fait dans une grande gentillesse et avec professionnalisme. Jamais, il nous force à faire un mouvement qui ne nous correspond pas. Ses leçons sont personnalisées et il adapte ses exercices à nos possibilités.

Je ne peux que vivement recommander toutes les personnes qui cherchent à se guérir d'une impasse de santé, d'un mal de dos récurrent, à se faire aider.

