

# Besser laufen mit Hypnose?

Peer Vollmer bietet Blitz-Therapie



Auf der Marathon-Messe hypnotisiert Peer Vollmer seit 2013 gratis Läuferinnen und Läufer

In seiner Praxis beginnt Peer Vollmer, mit Worten und Gesten BILD-Reporter Alexander Holzapfel zu hypnotisieren...

Dieses Angebot ist einmalig in der Welt! Der Bramfelder Peer Vollmer (48) hypnotisiert Sonntag ab 7 Uhr in der Messehalle A3 kostenlos mutige Marathonis. Fünf Minuten Blitz-Hypnose. Gratis und unverbindlich. Seine Klienten berührt er leicht an Nacken, Stirn und Hand. Und dann ab zum Marathon in Trance...

Vollmer verspricht: „Wer vor dem Lauf kommt, geht motivierter an den Start. Nebengedanken und Anspannung sind weg. Die Regenerationsfähigkeit ist mit Hypnose um etwa 30 Prozent besser.“

Seit 1998 hypnotisierte Vollmer mehrere tausend Klienten. Er hilft bei Zigaretten-Entwöhnung, Schmerzen, Ängsten oder Krisenbewältigung. 2013 fing der Hobby-Läufer beim Marathon an. Damals kamen sechs Teilnehmer, letztes Jahr 197! Vollmer: „Hypnose wird immer noch mit Ho-

kuspokus verbunden. Aber die Sportler werden zunehmend offener.“ Der Therapeut weiter: „Frauen sind meist mutiger. Erst wenn die Männer sehen, dass es funktioniert, kommen sie auch.“ Was kann Hypnose? Vollmer: „Es geht um die Verknüpfung zwischen einem Ereignis und Emotionen. Auch weit zurück liegende Ereignisse sind im Unterbewusstsein noch lange ab-

rufbar. Man reaktiviert eine Erfahrung, die tief im Menschen drinnen ist.“ Und wie läuft das mit der Sport-Hypnose? Vollmer: „Ich gehe mit den Klienten rein in die positive Erfahrung. Druck und Blockaden können so gelöst, die koordinativen Fähigkeiten gestärkt werden.“ Neun (streng anonyme) Leistungssportler gehen bei Vollmer ein und aus, darunter Profis vom HSV und St. Pauli...



...nach wenigen Minuten ist der BILD-Reporter in entspannter Trance...



...hinterher erklärt Vollmer die heilende Wirkung der Hypnose-Therapie