

Greg Roskopf's



**Voici un extrait et traduction libre
tiré du site Web du « Muscle
Activation Techniques »**

« MAT regarde toutes tensions musculaires comme une forme de protection du corps. Les muscles faibles ou inhibés peuvent créer le besoin que d'autres muscles se resserrent pour stabiliser une articulation. MAT se rend à la source des problèmes en s'attaquant aux faiblesses musculaires et non aux surtensions, [qui n'en sont que des symptômes]. De cette manière on rééquilibre le corps, réduit la douleur et prévient les blessures... »

« ...MAT peut ralentir ou même reculer le processus de vieillissement. Si c'est reconnu que les muscles sont conçus pour stabiliser les articulations naturellement; il doit être compris que les conditions arthritique et l'instabilité articulaire peuvent être atténuées quand les muscles fonctionnent bien. Tous qu'on doit faire c'est créer les bonnes connections entre le système nerveux centrale et les muscles. MAT accomplit cette tâche... Tout comme une voiture avec une batterie à terre, les muscles doivent être "boosté" et les cables resserrés avant de pouvoir fonctionner correctement. En terme simpliste, à travers « Muscle Activation Techniques », les muscles qui n'ont pas les bonnes connections neurologique sont identifiés et ensuite réactivés créant ainsi l'abilité des muscles de bien stabiliser les articulations et de réduire les stress qui crée des condition arthritique... »