

Link do produktu: <https://www.fraida.pl/masaz-uzdrawiajacy-dotyk-p-3958.html>



Masaż uzdrawiający dotyk

Cena	29.20 zł
Dostępność	zostało tylko kilka sztuk
Numer katalogowy	9788364278600
Kod EAN	9788364278600
Producent	Vital
Autor	Łucja Legun

Opis produktu

Masaż jest jedną z najpopularniejszych technik terapeutycznych. Za sprawą niniejszej książki dosłownie każdy człowiek będzie mógł samodzielnie się przekonać o korzyściach z niego płynących oraz przywrócić zdrowie i harmonię swojego organizmu.

Publikacja stanowi unikalny podręcznik masażu - bogato ilustrowany, napisany przystępnym językiem i doskonały zarówno dla zupełnych laików, jak i profesjonalistów chcących poszerzać swoją wiedzę. Autorka opisuje pozytywny wpływ głaskania, rozcierania, ugniatań, oklepywania i wywoływania wibracji. Zamieściła również opisy meridianów i czucia somatycznego.

Po raz pierwszy tak wiele miejsca poświęcono także niedocenianemu, a bardzo ważnemu układowi limfatycznemu, który znacząco oddziałuje na funkcjonowanie całego organizmu. Teraz każdy ma szansę poznać wpływ masażu na skórę, układy krążenia i nerwowy oraz narządy zmysłów. Zdobytą wiedzę można wykorzystać stosując opisany w publikacji masaż limfatyczny poszczególnych części ciała czy masaż Shiatsu oparty na koncentrowaniu się na punktach meridianowych i punktach biologicznie aktywnych. Znajdują się tu cenne wskazówki z zakresu refleksoterapii i odmładzającego masażu twarzy.

Autorka zdradza również, jak włączyć do masażu aromaterapię i prezentuje charakterystykę najlepszych do tego celu olejków eterycznych. Niezależnie, czy szukasz zdrowia, relaksu, czy może młodości, techniki z tej książki Ci to zapewnią. Wybierz masaż dla siebie.

liczba stron: **160**
format: **14.5x20.5cm**
oprawa: **miękka**