

Массаж Гуаша для тела

от Ольги Енко

Противопоказания

- ОРВИ, повышенная температура тела
- Наличие опухолей кожи и внутренних органов
- Образование тромбов в клетках крови
- Острые состояния хронических заболеваний
- Кисты яичников
- Гинекологические заболевания под наблюдением доктора
- Период менструации или беременности (зона живота и спины)
- Нельзя делать массаж женщинам в течение двух месяцев после родов, либо после проведения аборта
- Варикоз 3-4 стадии



Эффект массажа

- Детоксикационный
- Сосудорасширяющий
- Лимфодренажный и противоотечный
- Противовоспалительный
- Обезболивающий и противоспазматический
- Регенеративный
- Иммуностимулирующий
- Косметический



Работа по меридианам

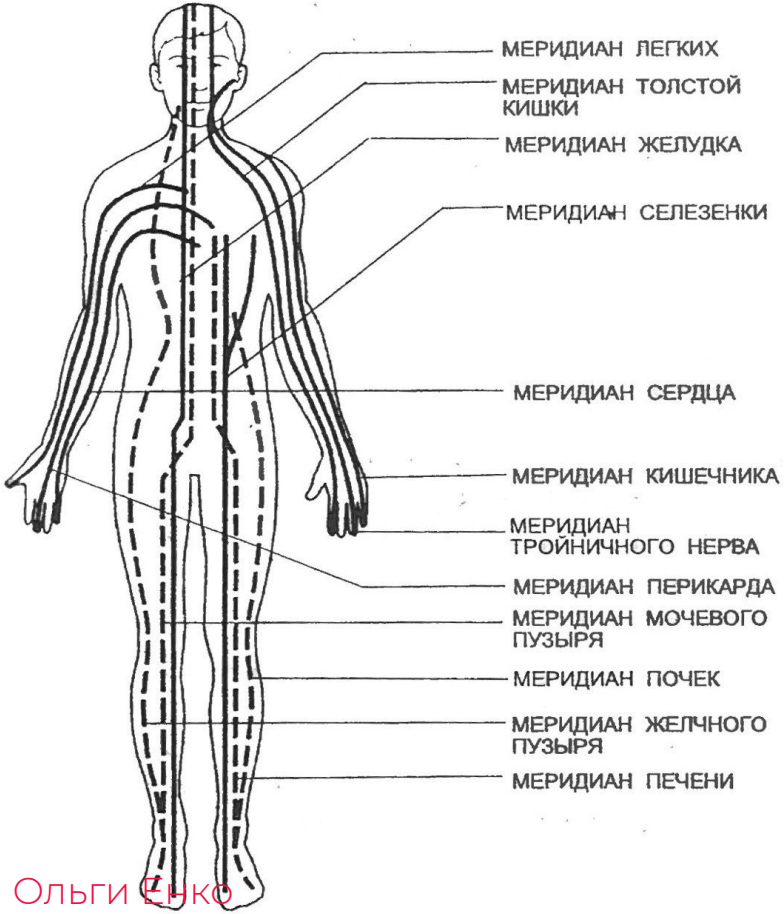
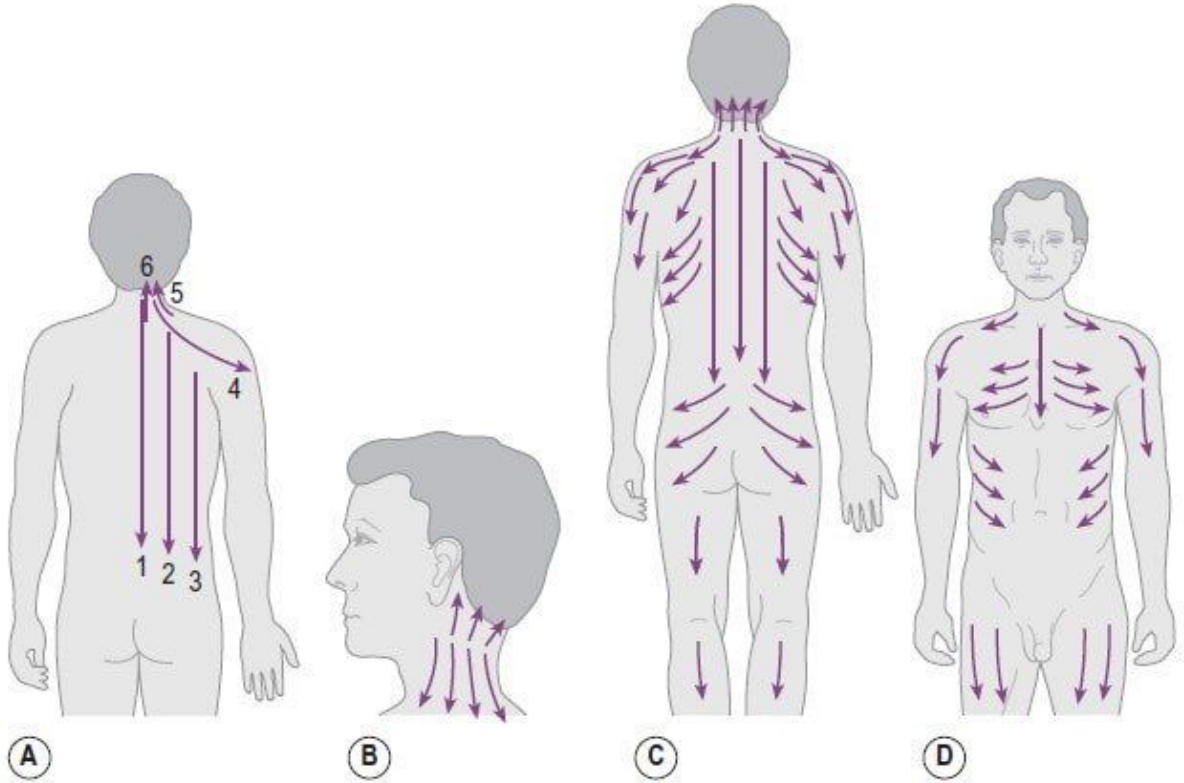


Схема массажа



Внимание! Запрет на массаж!

1. Подколенные лимфоузлы
2. Внутренняя поверхность бедра
3. Паховые лимфоузлы
4. Локтевой сгиб
5. Подмышечные впадины



Длительность и частота массажа

Длительность массажа - от 10 до 45 минут

Частота - через день

Курс 15-20 сеансов

Далее на поддержание 1-2 раза в неделю



Массаж и уход за телом

Массаж хорошо сочетается с уходовыми процедурами для тела:

1. Массаж
2. Скрабирование
3. Обёртывание
4. Крем



Готова ответить на Ваши вопросы