

Quanta energia in più.. LIBERIAMOLA!

Sapete che il tocco delle mani sui nostri piedi può creare un effetto quasi magico? Raro caso in cui "usare le mani" può non essere visto in modo negativo..

Stiamo parlando della **riflessologia plantare**, una branca della medicina tradizionale cinese basata sui massaggi e quindi sulla massoterapia delle piante dei piedi.

Incentrandosi, dunque, sulla tecnica di massaggio zonale, essa sfrutta l'ingente quantità di nervi presenti nei piedi per curare le malattie o per alleviare i dolori pigiando in zone strategiche: a questi corrispondono dei punti riflessi di tutto il corpo, grazie al cui stimolo si agisce su organi, apparati interni, ghiandole e sistema nervoso per depurarli e poter riequilibrare l'energia vitale dell'organismo, liberando i canali di energia bloccati.

La Riflessologia Plantare non è una terapia né è una tecnica sovrapponibile alle metodologie sanitarie riconosciute dalla legislazione italiana né sostituisce eventuali terapie mediche.

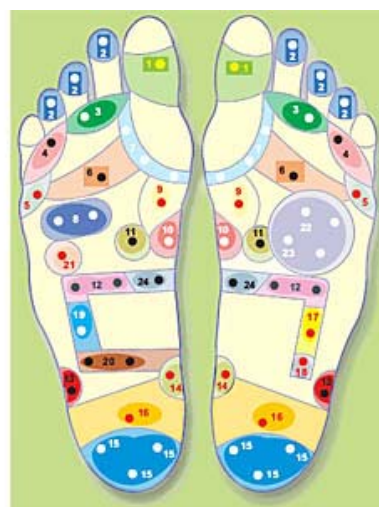
Particolarmente indicata nel caso di dolori e disturbi funzionali passeggeri, quali l'indigestione, la tensione nervosa l'emicrania, grazie alla liberazione di endorfine e per ripristinare l'equilibrio delle ghiandole endocrine.

La pressione deve essere tale da agire in profondità, quindi bisogna massaggiare finché non sia avvertibile un lieve fastidio (dolore).

È necessario anche seguire l'orientamento dell'energia presente nel corpo umano, quindi conviene seguire schemi e diagrammi, ricordando ad esempio che un massaggio nel verso orario favorisce le funzioni intestinali altrimenti le inibisce.

Nel nostro centro abbiamo deciso di promuovere questo tipo di attività, concentrandoci soprattutto sulla tecnica "on zon su", per affiancare un ragionamento di sportività ad un insieme più totalizzante.. un intrecciarsi tra il corpo e la mente..

- 1) Testa
- 2) Seni frontali
- 3) Occhi
- 4) Orecchi
- 5) Spalla
- 6) Polmoni/bronchi
- 7) Tiroide, paratiroide
- 8) Cuore e circolazione
- 9) Stomaco
- 10) Duodeno e pancreas
- 11) Rene/surrene
- 12) Colon trasverso



- 13) Ginocchio
- 14) Vesica
- 15) Ovaie/Testicoli
- 16) Nervo sciatico
- 17) Colon ascendente
- 18) Appendicite/Val. ileo-cecale
- 19) Colon discendente
- 20) Intestino retto
- 21) Milza
- 22) Fegato
- 23) Cistifellea
- 24) Duodeno

Allora regalatevi un po' di benessere.. regalatevi un po' di "salutare e relax" ..

