

Z uporabo masažne kroglice lahko izvajamo tudi klasično masažo, masažo dlani, stopal, hrbtenice, obraza, kratka pustimo domišljiji svojo pot.... in uživajmo, saj vibracija minerala pripomore k še večji sprostitvi.

Refleksna masaža stopal

Obdelavo stopal kot način zdravljenja so uporabljali že pred več tisočletji na Kitajskem ter v Indiji in Egiptu, vendar se je samo na Kitajskem razvila v masažno tehniko, imenovano refleksna masaža stopal oziroma refleksologija. Ta je del kitajske tradicionalne medicine, saj temelji na njenem pojmovanju zdravja in bolezni.

Refleksna masaža stopal je način masaže, pri katerem s pritiskanjem na refleksna področja na stopalih in z masiranjem le-teh vplivamo na sproščanje in ravnovesje vsega telesa.

Je tehnika naravnega zdravljenja, ki vzpodbuja krvni obtok in endokrini sistem ter aktivira ali umiri organske funkcije. Uporabljamo jo pri boleznih, bolečinah in težavah stopal in nog, pri bolečinah v hrbtu, pri prebavnih in menstrualnih motnjah, pri stresu, glavobolih in seveda pri sproščanju vsega telesa, kar je pri današnjem načinu življenja še posebej pomembno.

Refleksna masaža stopal je enostavna in učinkovita tehnika, ki ima malo stranskih učinkov, zato je uporabna tudi za otroke, starejše, invalide... Njena prednost je tudi v tem, da omogoča samomasažo.

Priljubljenost refleksne masaže stopal ne preseneča, saj je čudežno darilo narave. Tako majhno stopalo - tako velika zdravilna moč.