

STYMULATOR TIENS

Stymulator TIENS łączy w sobie:

- funkcje akupunktury
- stymulację kluczowych punktów ciała
- masaż stref ciała zwanych zonami, znajdujących się na dłoniach oraz stopach

Poprzez różne sposoby używania urządzenia, takie jak stanie na nim, siadanie, klęczenie, pochylanie się, leżenie na brzuchu czy na plecach – zapewnisz sobie masaż kręgosłupa, mięśni, kanałów i meridianów.

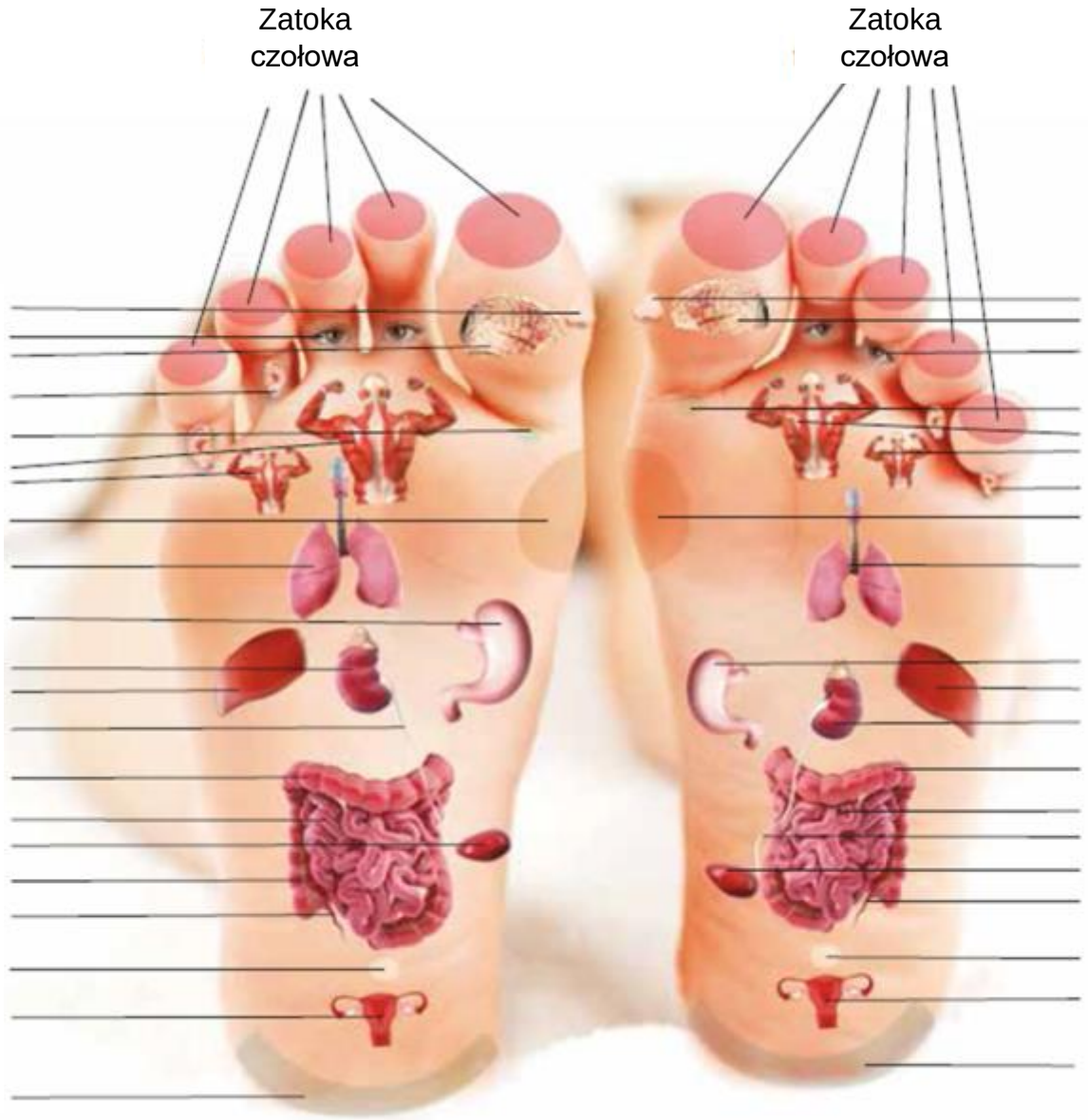
Dzięki temu utrzymasz Yin i Yang w harmonii, twoje kanały otworzą się, a mięśnie odprężą.

ZALETY UŻYWANIA STYMULATORA TIENS

Masaż zon na stopach oraz masaż punktów akupunktury wpływa na:

- krążenie krwi i metabolizm
- odprężenie i stabilizację kręgosłupa, mięśni oraz kanałów energetycznych
- pracę organów wewnętrznych oraz układu trawiennego
- system odpornościowy
- stymulację libido
- spalanie tkanki tłuszczowej poprzez codzienne ćwiczenia

MASAŻ STÓP



Nos
Oko
Mózg
Ucho
Nadciśnienie
Mięsień czworoboczny
Gruczoł przytarczyczny
Płuco, oskrzela
Żołądek
Nerka
Wątroba
Moczowód
Okrężnica poprzeczna
Jelito cienkie
Pęcherz
Okrężnica wstępująca

Bezsenność
Gruczoły płciowe

Nerw kulszowy

Nos
Oko
Nadciśnienie
Mięsień czworoboczny
Ucho
Gruczoł przytarczyczny
Płuco, oskrzela
Żołądek
Wątroba
Nerka
Okrężnica poprzeczna
Jelito cienkie
Pęcherz
Wyrostek robaczkowy
Okrężnica wstępująca

Bezsenność
Gruczoły płciowe

Nerw kulszowy

MASAŻ STÓP (POZYCJA SIEDZĄCA)

Usiądź na krześle, umieść stopy na powierzchni urządzenia i dociśnij je do środkowej części.

Siedź w pozycji wyprostowanej i zrelaksowanej, obie dłonie połóż na kolanach.

Zamknij oczy i równo oddychaj.


A1


A2


A3

MASAŻ STÓP (POZYCJA STOJĄCA)

Stań stopami na środku urządzenia.

Utrzymuj wyprostowaną pozycję i zachowaj równowagę.

Zalecany czas masażu to 15 minut.



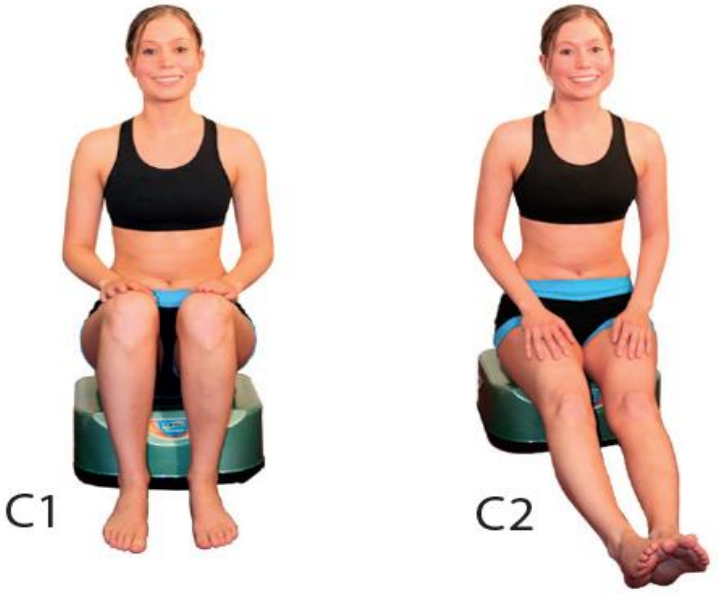
B

POZYCJA SIEDZĄCA

Usiądź na powierzchni urządzenia z prostymi lub lekko zgiętymi nogami.

Zalecany czas masażu - od 10 do 15 minut.

Kiedy siedzisz na urządzeniu, punkt Huiyin jest masowany. Poprzez wzmożone krążenie krwi oraz Qi pomoże to ważnym organom, takim jak: wątroba, jelita, odbyt, prostata czy macica.



POZYCJA KLĘCZĄCA

Uklęknij na powierzchni urządzenia, przenieś ciężar ciała na prawe kolano.

Pozostań w tej pozycji przez około 20 sekund.

Potem przenieś ciężar na lewe kolano. Przenoś ciężar z kolana na kolano, kilka razy podczas jednej sesji masażu.



D

MASAŻ DŁONI

Połóż dłonie na powierzchni urządzenia i trzymaj je tak przez około 3-5 minut.

Następnie połóż dłonie na bokach i kontynuuj masaż przez kolejne 3-5 minut.



WIĘCEJ INFORMACJI

Więcej informacji na temat Stymulatora TIENS znajdą Państwo na stronie

www.tiens.pl

oraz na ulotce TIENS

