

MASSAGE AUX PIERRES DE SEL CHAUDES DE L'HIMALAYA



Formation de
Magdalena Reichart

Agenda:

Présentation du massage à la pierre de sel chaude de l'Himalaya

L'histoire de l'Himalaya

La pierre de sel comme outil de massage

Effets positifs du massage à la pierre de sel chaude de l'Himalaya

Contre-indications et précautions d'emploi

Nettoyage du massage à la pierre de sel chaude de l'Himalaya

Protocole de massage

Introduction

L'accent est mis sur l'utilisation non raffinée, sur les préparatifs flatteurs de sel gemme, qui, semblables aux principes des pierres chaudes, le "Point-Chaud", sont utilisés comme pierre de massage. Les techniques de préhension appliquées ne sont pas comparables. Une huile d'activation spéciale doit également être utilisée dans l'application comme une sorte de catalyseur des précieux minéraux et oligo-éléments pour utiliser les pierres primitives himalayennes et prendre soin de la peau en même temps.

Tandis que le doux sel de roche Effleuragen stimule spécifiquement le métabolisme lymphatique, les pressions servent à activer le métabolisme musculaire et donc la régénération des muscles. Cette technique convainc par son effet tangible et explicable et en tant que méthode de traitement scientifiquement valable, qui peut se positionner comme une forme de massage spéciale dans le spa.

Himalaya – Marcher dans les nuages

L'Himalaya est considéré comme le plus puissant système de la plus haute montagne du monde. Avec son sommet le plus haut - le mont Everest - il s'élève presque 9000 mètres au-dessus du niveau de la mer - mystiquement proche du ciel. En sanskrit, l'Himalaya signifie donc quelque chose comme la demeure de la neige et des dieux ; mais il est également pays d'origine pour des nombreuses cultures différentes, des traditions et des arts de la guérison en Asie et pour beaucoup de gens, il est la terre sacrée de la nostalgie.

Fair trade - Commerce équitable du commerce au Pakistan



L'extraction du sel contrôlée au Pakistan : pas d'explosifs et de travail des enfants.

Photo: Hafner IPS, Wellness & Beauty

Le Pakistan détient une variété de ressources précieuses. Les plus grands dépôts de cristaux de sel sont extraordinaires, formés par les changements climatiques et le séchage résultant d'anciennes mers durant des millions d'années. Ce sel préhistorique est extrait par l'exploitation minière au sud de l'Himalaya dans la région de la mine de sel de Lahore et est exporté dans le monde entier. Le premier nom commercial qu'il a adopté (« sel de l'Himalaya ») a été critiqué parce qu'il ne renvoie pas directement à l'origine géographique du sel. Mais géologiquement, la zone d'extraction du sel peut être localisée dans l'Himalaya.

Abstraction faite des critères d'origine, une chose est certaine : ce sel est épargné par les influences environnementales modernes, c'est un sel préhistorique de très haute qualité dont la dégradation est effectuée en vertu des principes dignes de l'homme et de la nature.

Pour mettre cet export international très important pour le Pakistan à l'échelle humaine, Fairtrade Pakistan a lancé dans le Salt Range un projet qui, actuellement, subvient déjà aux besoins de 40 familles. Le travail raisonnable et décent. Il faut noter en particulier que l'extraction contrôlée du sel se déroule sans explosifs et sans travail des enfants, comme le montrent les certifications politiques. Ceux qui optent pour un massage « Himalaya Hot Salt Stone » soutiennent directement le traitement équitable de la nature et de l'homme - un aspect non négligeable qui met en évidence les bienfaits du massage.

L'or blanc - sel sur notre peau



Cajoleur de sel Himalaya non raffiné et utilisé comme pierres de massage.
Photo : Hafner IPS, Wellness & Beauty

Le sel de l'Himalaya original est le sel le plus immaculé du monde. À cause de son « stockage » profond il n'a jamais été en contact avec la contamination moderne. La teinte de couleur des blocs de sel extraite dans les couches profondes de 400 à 600 mètres varie du cristal clair au rose. La caractéristique principale du sel de l'Himalaya original sont les inclusions rougeâtres, dérivées de l'oxyde de fer de l'époque préhistorique.

Le sel gemme naturel se compose à 97% de chlorure de sodium et contient en plus des oxydes de fer mais aussi une grande variété de minéraux et d'oligo-éléments : le magnésium, le calcium, le potassium, le sodium, le phosphore, l'iode et le zinc, qui provoquent avec l'utilisation externe, la reminéralisation de la peau et améliore ainsi son apparence.

Les chauffages de poche utilisés permettent à l'utilisateur de chauffer les pierres et de les garder au chaud pendant le massage d'une manière simple. Ce faisant, les différents sets pour les pieds, le visage et le corps peuvent être traités séparément.

Techniques utilisées pour le massage à la pierre de sel chaude de l'Himalaya :

Ce traitement procure une merveilleuse sensation de légèreté, de relaxation profonde du corps et de l'esprit. La structure ronde et lisse mais légèrement rugueuse fait d'elle un ustensile de massage spécial, ce qui permet de créer de nombreuses sensations positives. Avec des pierres de sel de formes différentes, des rouleaux, des massages et peelings, le thérapeute masse le corps, grâce à des mouvements rythmiques à la fois plus doux et plus fermes, et libère la tension. L'effet énergisant du massage est soutenu par différentes huiles.

- Rouleaux
- Coulisses
- Déclencheurs

Effets positifs du massage à la pierre de sel chaude de l'Himalaya:

- La circulation sanguine est augmentée
- Réduit la douleur et accélère les processus de guérison
- Augmente la flexibilité des articulations et des muscles
- Augmentation du drainage lymphatique
- Améliore le métabolisme
- Augmente l'énergie et la vitalité
- Réduit le stress
- Ralentit la respiration - relaxation plus profonde
- Augmentation de la souplesse de la peau
- En raison de leurs formes différentes et de la chaleur, les pierres libèrent également des tensions profondes

Amélioration de :

- Douleur chronique
- Maux de dos
- Mal de tête, migraine
- Arthrite
- Imperfections
- Cellulite

Avantages pour le thérapeute :

- Les pierres de sel sont utilisées comme une extension des mains du thérapeute.
- Vous pouvez pénétrer plus profondément dans le tissu sans trop d'effort physique

Contre-indications et précautions d'emploi

Conditions dans lesquelles le massage est contre-indiqué

- Hypertension
- Les maladies du cœur
- Maladies infectieuses
- Inflammation
- État après une nouvelle opération, blessures
- Grossesse - premier trimestre
- Varices
- Le cancer
- Plaies ouvertes et plaies fraîches

Actions contreproductives

- Pas de pression sur les structures osseuses
- Non recommandé après le rasage

Massage aux pierres de sel chaudes de l'Himalaya comme massage de stimulation :

Le sel pénétrant et les oligo-éléments ont un effet déshydratant, digestif, détoxifiant, nourrissant, renforçant le tissu conjonctif et favorisant l'élimination des graisses superflues.

Le sel de l'Himalaya stimule la peau et les sens et est un stimulant au printemps. Le massage est une expérience d'un genre très spécial.

Le sel de l'Himalaya en tant que traitement à un problème :

C'est un massage intense et sensible, qui peut également être utilisé dans le traitement anti-cellulite.

Le massage de stimulation aux pierres de sel relâche les tensions dans le corps et favorise l'harmonie entre le corps et l'esprit.

Les processus métaboliques et la circulation sont améliorés.

Poche chauffante Techreich

Toutes les unités TECHREICH ont été produites pour répondre aux exigences élevées d'un coussin chauffant mobile et chaud. Seuls des matériaux de haute qualité ont été utilisés et traités professionnellement. Avec une manipulation et un entretien appropriés, tels que décrits dans le manuel d'utilisation, l'unité de chauffage TECHREICH vous fournira un service long et fiable.

LIVRAISON poche chauffante Himalaya Hot Salt Stone

La nouvelle poche chauffante TECHREICH est conçue pour que les pierres de sel soient chauffées de manière optimale pour le massage Hot Salt Stone. Le sac contient suffisamment de pierres de sel pour un massage complet du corps tout en restant léger et facile à porter.

Le sac contient :

- Poche chauffante TECHREICH
- Protection TECHREICH à l'intérieur de la poche
- Chiffon de nettoyage en microfibre avec de l'argent
- Câble électrique
- Adaptateur pour allume-cigarette
- Mode d'emploi

LIVRAISON des kits Scope Himalayan Saltstone

Des sels de roche polis et non raffinés comme pierres de massage sont disponibles en différents ensembles.

L'ensemble complet se compose de :

2 x Hamam (11cm x 8cm x 5cm) - Muscles plus gros

2 x Rouleaux (5cm) - Gros muscles, tissus profonds

2 x Œufs (8cm x 6,5cm x 6,5cm) - Gros muscles, Tissus profonds

2 x Cuboïdes (7.5cm x 5cm x 2,5cm) - Gros muscles

2 x Barres (10cm x 5cm x 2,5cm) - Peeling intense

4 x Disques (7,5cm x 4cm) - Détendez-vous, tissus profonds, Faszien

2 x Cœurs (7.5cm x 4cm) - Pieds, points de déclenchement, fascia

10x Tranches (4cm x 0.5cm) - Pieds

2x Cannes (16cm x 3cm) - Muscles plus gros, Faszien



Le jeu de pieds se compose de:

2 x Cœurs (4,5cm x 3cm)

4 x Cœurs (7,5cm x 4cm)

8 x Disques (4cm x 0,5cm)



L'ensemble du visage se compose de:

4 x Cônes (12cm x 3cm x 0,7cm)

6 x Disques de visage (4cm x 1cm)



Consignes de sécurité et entretien des composants

Techreich:

Poche chauffante Techreich

- Pour vous protéger contre les risques électriques, ne plongez pas le câble, la fiche ou le sac dans l'eau ou tout autre liquide.
- Débranchez l'appareil de la prise lorsqu'il n'est pas utilisé ou lorsqu'il doit être nettoyé.
- Laissez l'appareil refroidir avant de changer certaines pièces de l'appareil et avant de le nettoyer.
- Ne placez pas l'appareil sur ou à proximité de brûleurs à gaz ou électriques, ni de poêles.
- N'utilisez pas l'appareil pour un usage autre que celui prévu, comme indiqué dans le manuel.

Nettoyage

Après chaque traitement, nettoyez l'intérieur du sac avec des lingettes antibactériennes ou des désinfectants n'attaquant pas le plastique. Nous recommandons l'eau colloïdale d'argent ou le Bacillof AF.

Nettoyer vos pierres de sel

Frottez les pierres de sel avec le chiffon d'argent contenu dans le sac chauffant. Vous pouvez également frotter les pierres avec un agent antibactérien, mais ne jamais pulvériser directement et travailler avec des agents à base d'eau. Ensuite, chauffez les pierres pendant 30 minutes dans le sac chauffant à 70 ° C. Le sel nettoie tout ce qui reste de la pression osmotique.

AVERTISSEMENT

Ne nettoyez pas vos pierres de sel ...

- au lave-vaisselle
- sous l'eau courante savonneuse
- avec un chiffon humide (eau)
- avec des produits chimiques corrosifs

Protocole de massage aux pierres chaudes salées de l'Himalaya

Occiputosterior

Crâne avec connexion à la première vertèbre

M. splenius

Tirant sur son cou, lève la tête et la déplace latéralement et en arrière

M. levator scapulae

Déplace l'omoplate vers le haut avec les muscles trapèzes

Scapula

Omoplate

M. erector spinae

Responsable de la manipulation juste et du mouvement vers l'avant

M. serratus posterior

Aide à respirer en soulevant la poitrine

Pelvis

Composé d'os sacré, d'os de la hanche et de coccyx

M. serratus posterior

Aide à respirer en soulevant la poitrine

M. deltoideus

Muscle squelettique triangulaire qui soutient l'omoplate

M. infraspinatus

Une partie de la coiffe des rotateurs, détient l'humérus dans la prise

M. trapezus

soulève et abaisse l'omoplate, le déplace latéralement

M. latissimus dorsi

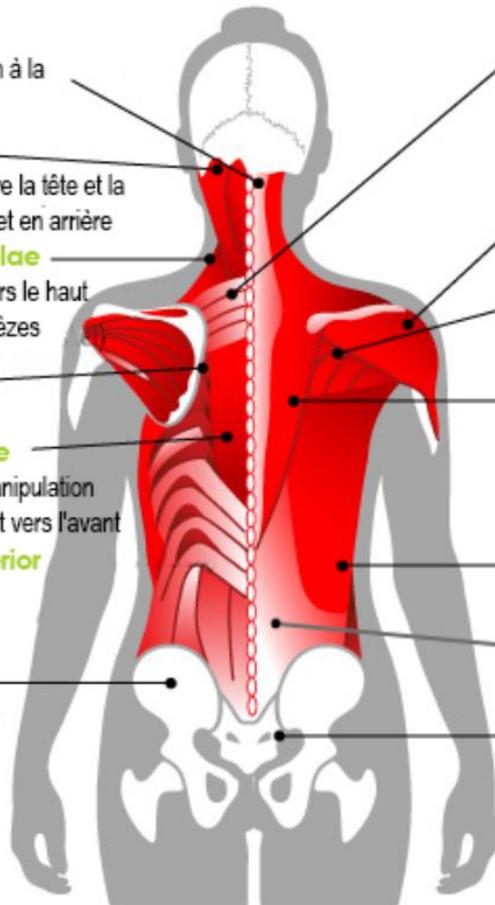
Tirez votre épaule en arrière et déplacez votre bras en arrière

Lumbar

Zone du bas du dos

Kreuzbein

Partie inférieure de la colonne vertébrale, forme une unité avec l'os de la hanche et le coccyx

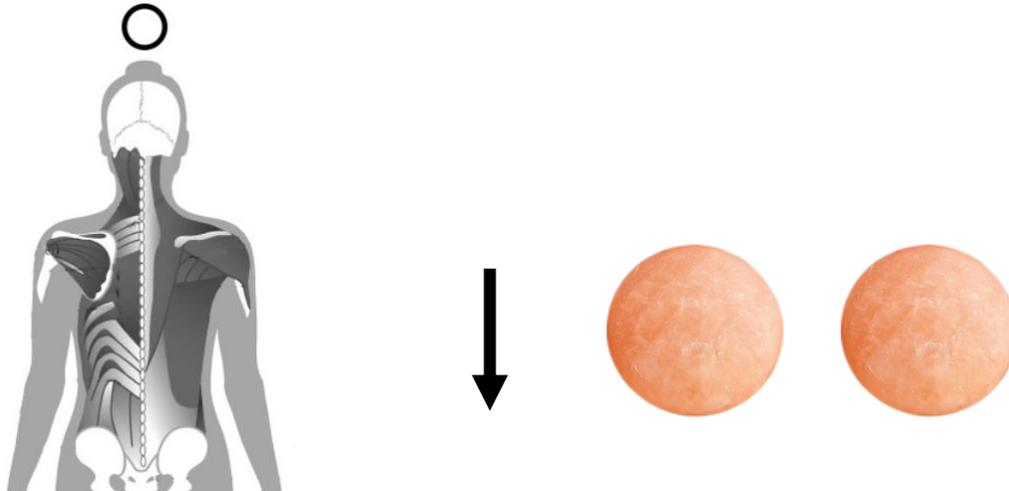


RETOUR

- Appliquer de l'huile

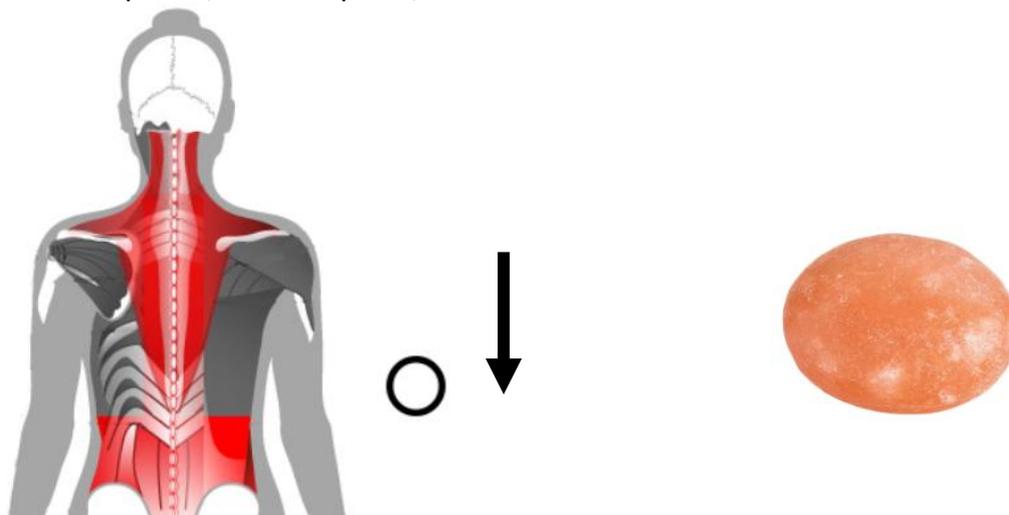
2 x Disques

- Effleurage
- Apporter en chaleur



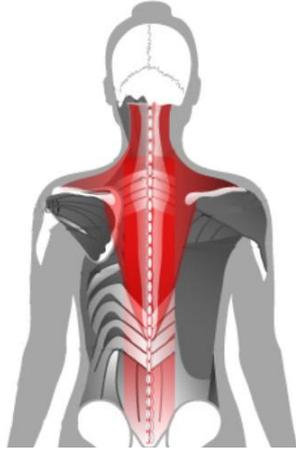
1 x Hamam

- Pétrir Trapezius, Erector Spinae, Lumbar Push



1 x Canne

- Pétrir Trapezius, Erector Spinae



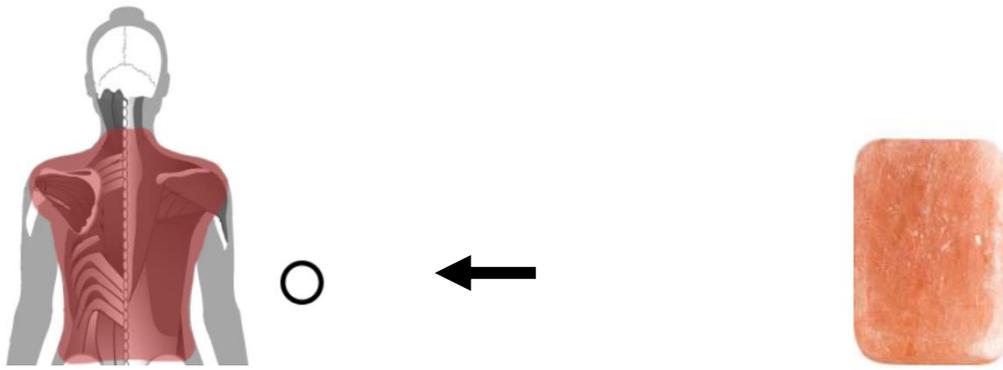
1 x Œuf

- Pétrir Trapezius, Erector Spinae, Lumbar Push



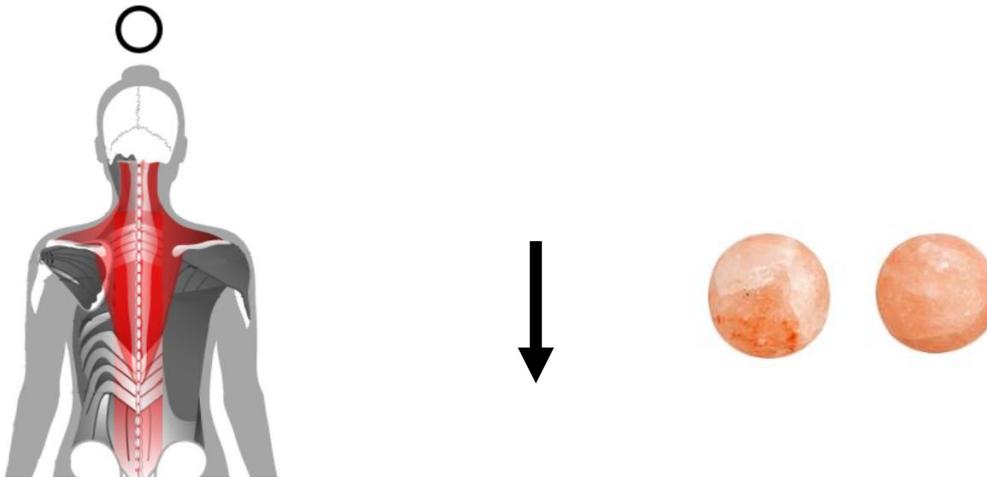
1 x Quader

- Peeling



2 x Balle

- Rouleau Trapezius, Erector Spinae



ARMES - Arrière (Modifier les armes les unes derrière les autres)

- Appliquer de l'huile

1x Disque

- Effleurage du poignet à l'épaule



1 x Cœur

- Pétrir du poignet à l'épaule



1 x Barres

- Pétrir du poignet à l'épaule



JAMBES- Au dos (Jambes de travail dans une rangée)

- Appliquer de l'huile

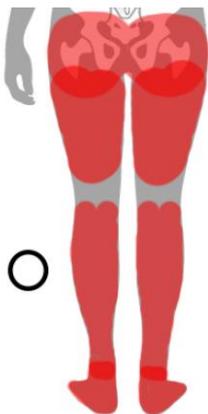
1 x Œuf

- Effleurage
- Pétrissage autour de Gastrocnemius
- Travail en profondeur avec mouvements circulaires



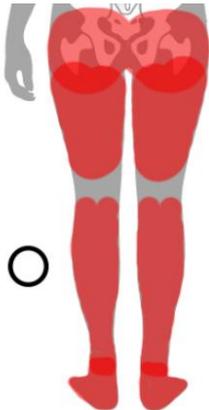
1 x Canne

- Effleurage
- Pétrissage autour de Gastrocnemius - mouvements de roulement
- Travail en profondeur dans la région Hamstrings, adducteurs, Gluteus Maximus



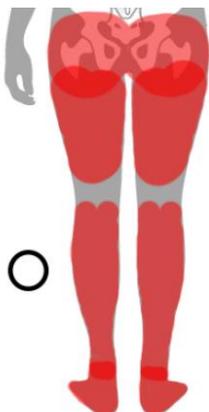
1 x Hamam

- Effleurage
- Pétrissage autour de Gastrocnemius - mouvements de roulement
- Travail en profondeur avec mouvements circulaires dans la zone Hamstrings, adducteurs, Gluteus Maximus



1 x Cuboïde

- Effleurage
- Pétrissage autour de Gastrocnemius - mouvements de roulement
- Exfoliation dans la région Hamstrings, adducteurs, Gluteus Maximus



PIEDS - Au dos (Modifier les pieds dans une rangée)

- Appliquer de l'huile

8 x Tranches

- Tendon
- Cheville
- Sur la plante du pied
- Tranches entre les orteils



1 x Disque

- Tendon
- Cheville
- Sur la plante du pied et du cou-de-pied
- Disque avec bandage à la plante du pied



Massage optionnel de réflexologie des pieds

1 x Cœur

- Point
- Massage



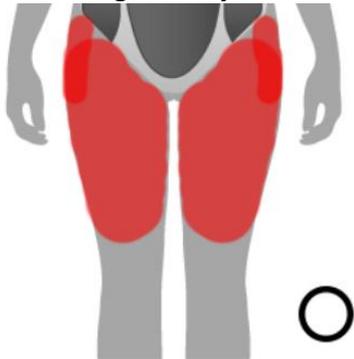
CLIENT METTRE EN SAC À DOS

JAMBE - Avant (Jambes l'une derrière l'autre)

- Appliquer de l'huile

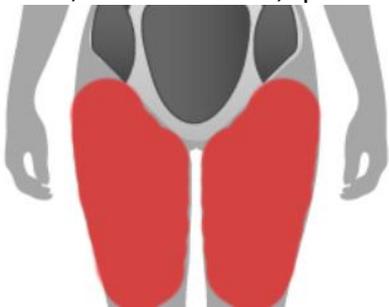
1 x Disque

- Effleurage de la jambe à la cuisse



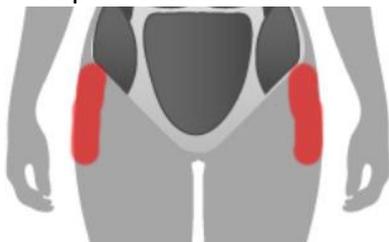
1 x Hamam

- Pétrir, les adducteurs, quadriceps et Tensor Fasciae Latae



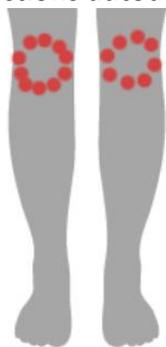
1 x Canne

- Pivot par Fasciae Latae



1 x Cœur

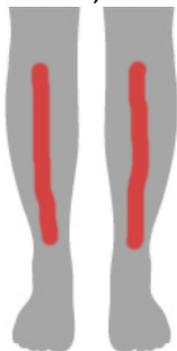
- Frictions autour du genou



1 x Cœur

- Pétrissage vers le tibia

- Roll out, Tibialis. Libère la musculature du tibia



Bras (Bras l'un derrière l'autres)

- Appliquer de l'huile

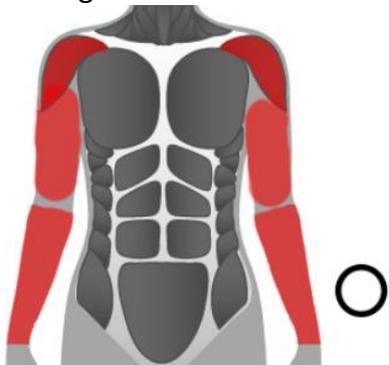
1 x Disque

- Effleurage du poignet à l'épaule



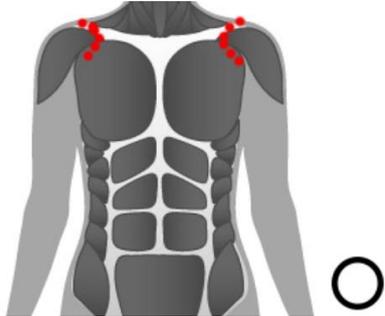
1 x Barres

- Peeling



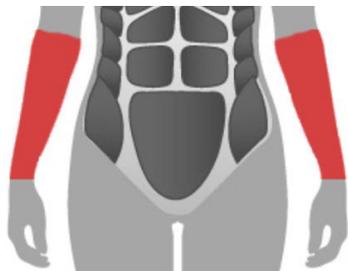
1 x Cœur

-Triggering Muscle Delta



1 x Cœur

- Modifier les avant-bras



1 x Cœur

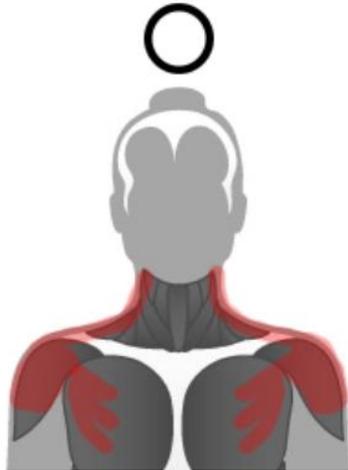
- Frictions dans les mains



COU ET ÉPAULES

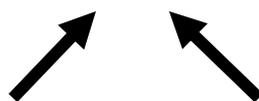
1 x Disque

- Mouvements circulaires sur le Pectoralis (Poitrine) Muscles autour des épaules, glisser sur les cervicales

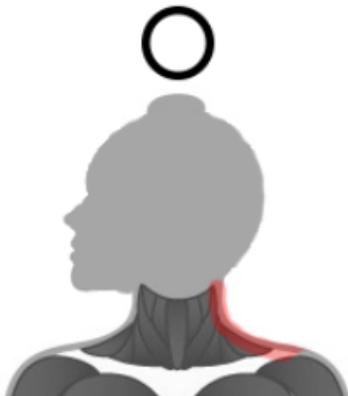


1 x Canne

- La Trapezius



- Appuyer les tiges sur le trapèze avec la paume de votre main
- Tourner la tête vers la droite et masser le trapèze du côté tendu

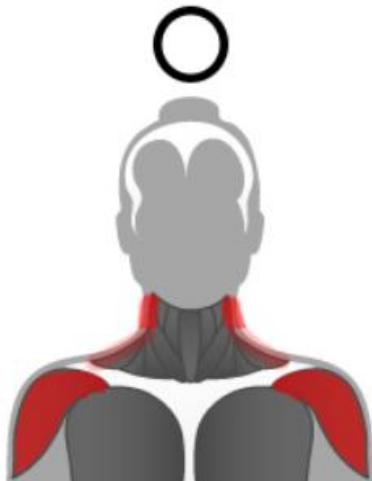


- Tourner la tête à gauche et masser du côté tendu en tirant le trapèze sur lui-même



1 x Disque

- Effleurage sur le cou et les épaules



VISAGE

- Appliquer de l'huile

2 x Visage Disque

- Effleurage circulant



2 x Cône

- Effleurage circulant



SERVICE CLIENT

Offrez au client un verre d'eau ou de thé après le traitement.

Chaque massage soutient les processus métaboliques, avertissant les clients qu'une augmentation de la miction peut survenir pendant la journée.

Si possible, évitez l'alcool et la nicotine pour le reste de la journée.

pbi
probeautic institut