

NÁVOD K POUŽITÍ

Masážní míček soft 20 mm

Základní informace

Výrobce: Jebavá

Průměr: 20 mm

Velikost míčků:

Ø 10 mm, Ø 20 mm, Ø 40 mm, Ø 50 mm, Ø 70 mm, Ø 90 mm



Charakteristika produktu

Unikátní molitanové míčky přímo od autorky jedinečné metody míčkování – Zdeny Jebavé. Díky jejich unikátnímu složení máte jistotu maximální účinnosti prováděné terapie.

Míčkování má tři obrovské výhody:

- míčkovat se naučíte velmi snadno
- míčkování je vhodné pro všechny věkové skupiny od kojenců po babičky a dědečky
- míčkováním v kombinaci s mazlením uklidníte své dítě a uvolníte tak svalové napětí, které mu znemožňuje pořádně dýchat

Snadno tak usnadníte život svým dětem či blízkým a zbavíte je problémů s astmatem či cystickou fibrózou nebo alespoň zmírníte jejich průběh či uvolníte jejich ztuhlé svaly. Pomozte svým blízkým zvládat jejich nemoc. Je to tak snadné.

Co je míčkování

Míčkování je originální česká metoda vyvinutá zkušenou terapeutkou Zdenou Jebavou. Ta ji nejdříve vyvinula pro astmatické děti. Díky podpoře řady předních lékařů a fyzioterapeutů nyní míčkováním vyřešíte množství jiných problémů.

www.eureka.cz

Kontaktní adresa a provozovna:

EUREKO, s.r.o.
Petra Bezruč 1877/67, 466 01 Jablonec nad Nisou
IČ: 254 163 75, DIČ: CZ 254 163 75
Zapsaná: u Krajského soudu v Ústí nad Labem, oddíl C, vložka 16749

Provozní doba:

Po - pá, 8:00 - 16:00 hod.
Letní provoz: Po - pá, 8:00 - 15:30 hod.
Telefon: +420 800 888 909
E-mail: info@eureka.cz



Míčkováním snížíte napětí mezižeberních svalů, svalstva okolo průdušnic a dýchacích cest. Napomůžete tak uvolnit nahromaděné hleny a usnadníte odkašlávání. Míčkování osoby zbavíte pocitu dušnosti a umožníte jim volně dýchat.

Lékaři míčkování uznávají jako účinnou léčebnou metodu.

S čím vám míčkování pomůže

Míčky od Zdeny Jebavé vám pomohou s mnoha problémy: bolesti způsobené vertebrogenním syndromem, vadné či chabé držení těla, pooperační ošetření v postakutní fázi, astma, chronické bronchitidy, špatný stereotyp dýchání atd., chronické záněty dutin, nosohltanu, uší – zevní i vnitřní zvukovod, bolesti a únava očí, obrna lícního nervu, doléčení zánětlivých stavů trojklaného nervu apod.

Míčkováním rovněž uvolníte svaly zad, šíje, hrudníku a obličeje.

Kosmetiky znalé ženy jistě ocení vedlejší účinek míčkování – vypnutí pokožky a pleti obličeje.

Jak míčkovat

Míčkování provádíte molitanovými míčky různých průměrů (od 1 do 9 cm). Těmi masírujete konkrétní části těla.

K dispozici máte dvě základní techniky vedení míčků po těle:

- koulení: zde míčky odvalujete pomocí prstů, dlaní a zápěstí
- vytírání: při této metodě táhnete míček prsty po kůži a neotáčíte jej

První kroky vám obvykle vysvětlí terapeut.

Správnou techniku vás naučí i brožurka od autorky míčkové facilitace, paní Zdeny Jebavé nazvaná „Míčkujeme pro zdraví“.

Kde všude míčkování použijete

Ptáte se, co je na této metodě tak úžasné? Její síla spočívá v jednoduchosti a širokém uplatnění u dětí i dospělých. V naprosté většině případů se setkáte s kladnou odezvou. Vaše děti si míčkování velmi rychle oblíbí a budou je brát jako určitou formu uvolnění a hry. Techniku míčkování si velmi snadno osvojíte a můžete ji pak aplikovat v klidu doma. Podílejte se aktivně na zlepšení zdraví svých dětí a blízkých.

Jak míčkování působí na organismus

Při míčkové facilitaci využijete techniku komprese a následné relaxace konkrétní části těla (působíte např. na reflexní zóny,

akupresurní bod či meridiánovou dráhu). Reflexní cestou snížíte napětí příčně pruhovaných a hladkých svalů vnitřních orgánů a pozitivně tak ovlivňujete jejich činnost. Takto povzbudíte i imunitní systém pacientů a pomůžete jim se rychleji uzdravit.

Míčkovaním protahujete a uvolníte břišní, hrudní a krční svaly, pánevní svaly, páteř a pletenec ramenní. Podpoříte tak správné držení těla. Zároveň umožníte reflektorické uvolnění svalů v okolí průdušek a relaxaci bránice. Zlepšíte tak pružnost a hybnost hrudníku a páteře a uvolníte inspirační postavení hrudníku. Rovněž posílíte koordinaci a prohloubíte dechové pohyby, snížíte dechovou frekvenci a usnadníte vykašlání hlenu.

Díky těmto účinkům míčkování využijete hlavně u problémů s dýchacím aparátem.

Uskladnění

Výrobky uskladňujte na suchém a čistém místě při pokojové teplotě.

Objednací číslo

ZJ7020