

## Jeżyk

Numer katalogowy	<b>Jeżyk</b>
Producent	<b>Antar</b>



### Opis produktu

Mata korekcyjno-masująca "**jeżyk**" umożliwia leczniczy masaż stóp podczas codziennych czynności domowych.

#### Zastosowanie:

- masaż punktów refleksyjnych znajdujących się w stopach,
- uaktywnia siły witalne organizmu i poprawia krążenie krwi we wszystkich narządach
- korzystnie reguluje zaburzenia przemiany materii, bóle głowy, krzyża, krążenie krwi (nadciśnienie), zimne stopy, choroby zwyrodnieniowe
- stymuluje mięśnie krótkie stopy, dzięki czemu skutecznie przeciwdziała powstawaniu płaskostopia oraz koryguje koślawość kończyn dolnych.

#### Grupa docelowa:

- dzieci, młodzież oraz osoby dorosłe
- osoby prowadzące siedzący tryb życia
- osoby z problemami krążenia
- osoby mające problemy z płaskostopem
- osoby uprawiające ćwiczenia korekcyjne, jogę.

**Mata korekcyjno-masująca "jeżyk" ma szeroki wachlarz zastosowań zarówno korekcyjnych jak i prewencyjnych, co czyni ją atrakcyjną ofertą dla szerokiego wachlarza odbiorców.**

- terapię można rozpocząć w skarpetkach i w miarę upływu czasu kontynuować bosymi stopami
- masaż stóp przy pomocy "jeżyka" może być przeprowadzany podczas: - porannej toalety (mycia, golenia), - w środowisku wodnym np. w wannie, pod prysznicem, chodząc po wodzie po kostki lub w formie tzw. fakirskiego masażu pleców i kręgosłupa. Polega on na stosowaniu ćwiczenia zwanego "kołyską" - przetaczania się na plecach w pozycji siadu skulnego po macie.
- bardzo efektywny masaż tym sposobem polecany jest szczególnie w stanach przeciążeniowych kręgosłupa, zwyrodnieniach i bólach korzonkowych
- zaleca się aby jednorazowe ćwiczenia wynosiły 5-7 minut.