

MATA DO MASAŻU PLECÓW I KRĘGOSŁUPA

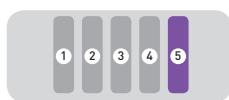
ZABIEGI ROZLUŃNIAJĄCE MIĘŚNIE PLECÓW I KRĘGOSŁUPA.
CYRKULACJA POWIETRZA W KOMORACH MATY MASUJE ODPOWIEDNIE STREFY TWOJEGO CIAŁA.

WSKAZÓWKI:

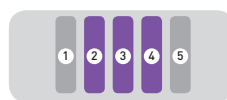
- Rozłóż matę na równym twardym podłożu, połóż się na plecach tak, aby łopatki oraz odcinek lędźwiowy kręgosłupa równo przylegały do powierzchni maty.
- Jeżeli masaż ma obejmować odcinek szyjny kręgosłupa, przesuń się na macie w ten sposób aby utożyć głowę na poduszce (poza matę) tak, aby skrajna komora maty znajdowała się dokładnie pomiędzy głową a linią ramion.
- Jeżeli uniesiesz ramiona powyżej głowy poprawisz skuteczność masażu odcinka szyjnego kręgosłupa.
- Po zakończonym zabiegu masażu pleców zawsze wstawaj przekręcając się na bok, nie będziesz odczuwać bólu ani napięcia mięśni kręgosłupa.
- Zawsze rozpoczynaj zabieg ustawiając ciśnienie powietrza na najniższym poziomie.



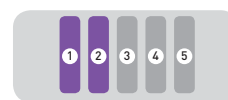
TRYBY MASAŻU: S/AUTOMATIC MODE



1. Szyja



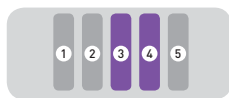
2. Łopatki + Plecy + Talia



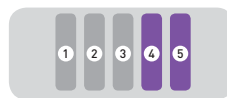
3. Talia + Miednica



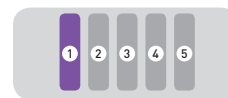
4. Plecy + Talia



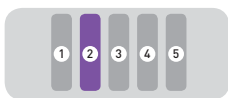
5. Plecy + Łopatki



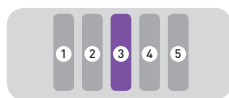
6. Łopatki + Szyja



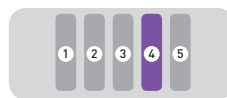
7. Miednica



8. Talia



9. Plecy



10. Łopatki