



Masáže – relaxace od hlavy až k patě

Masáž – tradiční léčebný prostředek 6

Dlouhé dějiny masáže 7

Různé představy o těle 9

O působení doteku 12

Blahodárné doteky 13

Účinky masáže na tělo 15

Praktický návod 21

Příprava 22

Pomůcky 24

Masáž celého těla 31

Relaxační masáže 58

Masáž pro novou energii 70

Rejstřík 82