

Obsah

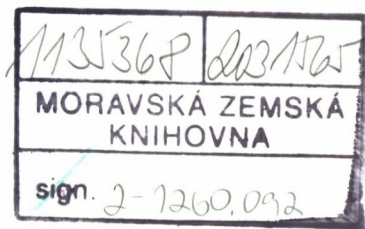
MZK – UK Brno



2610462629

Předmluva	6
Základy	9
Dějiny masáže	10
Původ masáže horkými kameny	15
Oblasti užití a působení masáže horkými kameny	17
Kdy by se nemělo masírovat?	19
Systém meridiánů	19
Čakry	25
Původ nauky o čakrách	26
Co jsou čakry?	32
Význam čaker	34
Masáž čaker	35
Výběr čakrových drahokamů	36
Pracovní materiály	41
Čedičové kameny	42
Barva	43
Minerální látky	44
<i>Křemík</i>	
<i>Vápník</i>	
<i>Magnézium</i>	
<i>Železo</i>	
Vznik	45
Krystalické struktury	45
Naleziště	46

Výběr masážních olejů	49
Mandlový olej	49
Jojobový olej	50
Makadamový olej	51
Třezalkový olej	52
Pupalkový olej	52
Éterické oleje při masáži horkými kameny	53
Způsob účinku éterických olejů	54
<i>Pomeranč (Citrus sinensis)</i>	
<i>Růže (Rosa damascena)</i>	
<i>Levandule (Lavendula angustifolia)</i>	
<i>Meduňka (Melissa officinalis)</i>	
<i>Santalové dřevo (Santalum album)</i>	
<i>Vanilka (Vanilia planifolia)</i>	
Směsi masážních olejů	58
Příklady receptů pro směsi s éterickými oleji	60
Druh a vlastnosti ohřívacího přístroje	61



Příprava masáže horkými kameny 63

Příprava a úprava místnosti 64

Atmosféra a okolí 64

Vnitřní postoj 65

Ochrana 65

Zacházení s klientem 66

Seznam položek péče o klienta
a pracovního materiálu 68

Zařízení místnosti
a pracovní materiál 68

Po masáži 69

Odpočinek 69

Čerstvý vzduch, pohyb
a dostatek pití! 69

Čištění kamenů 71

Masáž horkými kameny 73

Masáž celého těla 75

Poloha na břiše 75

Záda 77

Paže 80

Nohy 82

Poloha na zádech 84

Nohy 86

Paže 90

Dekolt a šíje 93

Hlava 95

Masáž obličeje 97

Průběh masáže 97

Masážní hladítka
z drahokamů 100

Ametyst

Křišťál

Růženin

Masáž čaker 101

Průběh masáže 101

Výběr drahokamů 103

Aplikace čedičové vody 112

Závěr 116

Příloha 118

Autorky 118

Poděkování 120

Původ fotografií 121

Upozornění nakladatele 122

