

# Obsah

Úvod	4
<b>MASÁŽ CELÉHO TĚLA</b>	8
Záda	10
Zadní strana nohou a hýždě	22
Hrudník a šije	38
Obličej a hlava	48
Paže a ruce	60
Přední strana dolních končetin a noha	72
<b>POVZBUZUJÍCÍ MASÁŽ</b>	86
<b>RELAXAČNÍ MASÁŽ</b>	102
<b>ZKLIDŇUJÍCÍ MASÁŽ RUKOU</b>	120
O AUTORCE	128
O KONZULTANTOVI	128