

EMMETT TEHNIKA

THE CHAMELEON APPROACH TO THE BODY

KAJ JE TO

Je posebna oblika sproščanja mišic. Izvaja se z lahkim dotikom, s polaganjem prstov na specifične točke t.i. »Emmett točke«. Pritisk je neboleč in reaktivira mišični spomin. Še posebej po travmi oz šoku (poškodbi) ko se mišična vlakna napnejo.

DELOVANJE:

Izvajanje zaporedja nežnih pritiskov in »switch« potez na določene točke stimulirajo živčni sistem. Kombinacija pravih pritiskov sproži fizične odzive v organizmu (kot pritisk aplikacije na pametnem telefonu) Telo reagira na dotik. Impulz se prenese do možganov in na ta način pomagamo telesu oz. organizmu, da se povrne v prvotno stanje.

NAČIN IZVEDBE

Klienti pri tej tehniki lahko izberejo predhodno delno masažo, saj je sproščanje mišic lažje. Sama terapija se lahko opravi na golo kožo ali preko obleke. Odvisno od sekvence gibov in protokolov lahko klient pri tem stoji, sedi ali leži.

REZULTAT:

Učinek Emmett tehnike je povečanje obsega gibljivosti, neugodja in poravnave telesa ter izboljšanje kvalitete življenja in gibanja

NAMEN

Pritisk na točke v telesu sproži proces lajšanja napetosti, odprave telesnega nelagodja in izboljšša sklepno gibljivost.

- Sanacije po poškodbah (kolena, gležnji)
- Zamrznjena rama
- Omejitve gibanja v sklepa in glave
- Slabši limfni pretok



MAESRKA IN EMMETT
TERAPEVKA SIMONA

Tovrstna tehnika je pri nas šele od leta 2015. Opravljam jo od leta 2016 in jo najraje kombiniram z delno ali celotno masažo telesa. Je pa tudi zanimiva tudi Emmett limfna drenaža saj je nežna dopolnitev za daljše predvsem 90 minutne masaže.