



WIRTUALNI TERAPEUCI

AKADEMIA MASAŻU I KOSMETOLOGII KOMPLEMENTARNEJ

FACE TAPING ONLINE

MODUŁ IV

Część praktyczna

Niwelacja napięcia górnej części żeber.

OPRACOWAŁ PRZEMYSŁAW KAROLKIEWICZ

LEKCJA 3

ZNIWELOWANIE GÓRNEJ CZĘŚCI ŻEBER

W czwartym module pracujemy z drugą modelką, która również ma problem z zamknięciem się ciała. Większość z nas prowadzi siedzący tryb życia, co prowadzi do trzymania naszego ciała w pozycji zamkniętej, barki ściągamy do przodu, głowę wysuwamy do przodu, klatka nam się bardziej zamyka.

Aplikacją tejpów możemy pracować nad otwieraniem klatki piersiowej, czyli aby rozluźniać tkanki znajdujące się w tym miejscu.

Początkowym celem będzie rozluźnienie przestrzeni podobojczykowej, z jednej i z drugiej strony, ponieważ obydwie strony są zablokowane. Taśmę przycinamy według odlegości pomiędzy mostkiem, a wyrostkiem barkowym, pamiętając by zostawić miejsce na naciąg. Po dwóch stronach będzie to taka sama długość taśmy. Przechodząc do aplikacji tejpa, możemy wspomóc się ruchem czynnościowym, czyli aby pacjent wycofał barki do linii ucha, czyli do prawidłowej jego pozycji.

Zależy nam na tym by środkowe tkanki były rozluźnione, więc zaczynamy aplikację od środka tejpa. Lekko naciągam taśmę optymalnie do 25% i naklejam następnie końce taśmy, jeden w kierunku mostka, drugi w kierunku wyrostka barkowego. Taką samą pracę robimy na drugą stronę.