

## Regndroppsmassage

I behandlingen ingår terapeutiska eteriska oljor som masseras in med massagetekniker som Vita Flex från Tibet och Fjäderlätta strykningar från Lakotaindianerna i USA.

Massagen ges på fötter och rygg.

Behandlingen sätter igång en avslappnings och reningsprocess av kroppen. Efter behandlingen är det viktigt att vila och att dricka mycket vatten för att underlätta utrensningen



Regndroppsmassage även kallad Regndroppstekniken är bra vid bland annat:

- **Rygg och nackbesvär**
- **Stress och oro**
- **Stärkande av immunförsvaret**

*"När jag kom var jag väldigt upp i varv. Det som skedde var helt magiskt. Sakta återfick jag kontakt med fötterna och när ryggmassagen var slut var jag helt närvarande i min kropp."*

Oljorna som ingår är:

- **Valor:** En stärkande kombination av eteriska oljor. Den har en balanserande inverkan på den fysiska kroppen och dess struktur.
- **Oregano:** Goda immunstärkande egenskaper och är en kraftfull antioxidant. Oregano är bland annat stärkande för luftvägarna.
- **Timjan:** Ger antivirusstöd och hjälper till vid mental och fysisk trötthet efter sjukdom. Den är bra vid hosta och bronkit och ger energi vid stress och svaghet. Den är av de starkaste kända antioxidanterna och stärker immunförsvaret, matsmältningssystemet.m.m.
- **Basilika:** Bra vid magproblem, dåligt minne och mental trötthet. Den är avslappnande vid muskelkramp och hjälper vid inflammation. Basilika befrämjar ett öppet sinnelag.
- **Cypress:** Förbättrar blodcirkulationen, öppnar andningsvägarna, lindrar kramp och hjälper till vid svullna leder, åderbrock och celluliter.
- **Vintergröna:** Antiflammatorisk och smärtstillande. Bra för både ben, muskler och ledbesvär. Samt efter fysisk träning.
- **Mejram:** Muskelavslappnande, lugnar andningsvägarna, lindrar kramp och migrän. Ger energi vid stress och svaghet.
- **Pepparmint:** Antiflammatorisk. Den är bra för nerver och kan hjälpa mot feber, illamående, huvudvärk och muskelvärk. Stimulerar cirkulationen, medvetandet och hjälper minnet. Pepparmint höjer känselsinnet.
- **Aroma Seiz:** Avslappnande och lugnande oljeblandning.



*Kristin Bomanson*  
*Hjärtkraft.se,*  
*070 631 24 36,*