

Breathe, la terapia geotermica con pietre

Breathe è una linea di tre set di pietre di basalto per realizzare massaggi di terapia geotermica.

La terapia geotermica con pietre calde è una tecnica utilizzata per realizzare un massaggio integrale e profondo che aiuta ad equilibrare l'energia, liberare da tensione, rilassare i muscoli e ridurre lo stress.

Le **pietre scure** sono fatte di basalto. Un materiale che proviene dal cuore della terra e che ha la proprietà di trattenere il calore in modo naturale ed innato. Lo stesso materiale possiede un basso livello di energia, che aiuta a stimolare la circolazione e ad accelerare il metabolismo cellulare. Inoltre, la sua lucidatura perfetta di più di 140 ore, conferisce a questo materiale un tatto piacevole e lo rende ideale per il contatto con la pelle.

Le **pietre chakra** sono le pietre colorate e, secondo la tradizione hindú, rappresentano i 7 centri d'energia metafisica e biofisica del corpo umano. Attualmente sono relazionate al nostro sistema endocrino, ed è stato dimostrato che alcuni componenti minerali di queste pietre possono contribuire ad eliminare l'energia negativa ed altre impurità fisiche e metafisiche presenti nel corpo umano.

Le **pietre di marmo bianco** sono state progettate per trattamenti a freddo, dal momento che non trattengono il calore del corpo umano. Queste pietre riducono gonfiori o infiammazioni e sono piacevoli al tatto per la loro morbidezza.



Breathe
Ref. S013

Set di 64 pietre di basalto. Il set contiene pietre ovali e piatte di varie dimensioni: 2 extragrandi (osso sacro e plesso solare), 14 grandi (schiena e cosce), 14 medie (mani, braccia, polpacci, piedi e nuca), 7 piccole (fronte, cranio e parte posteriore della testa), 8 per le dita dei piedi, 4 minipietre (punti di pressione tessuto profondo), 2 di contorno viso e 6 pietre piccole ovali e piatte di marmo bianco per trattamenti a freddo. Include anche 7 pietre chakra.



Breathe
Ref. S014

Set di 45 pietre di basalto. Il set contiene pietre ovali e piatte di diverse dimensioni: 1 extragrande (plesso solare), 10 grandi (schiena, cosce e osso sacro), 14 medie (braccia, polpacci e piedi), 6 piccole (fronte, cranio e parte posteriore della testa), 8 per le dita dei piedi, 2 minipietre (punti di pressione schiena e collo), 2 di contorno viso e 2 pietre piccole ovali e piatte di marmo bianco per trattamenti a freddo.



Breathe
Ref. S015

Set di 36 pietre di basalto. Il set contiene pietre ovali e piatte di varie dimensioni: 8 grandi (schiena e cosce), 14 medie (braccia, mani, polpacci, piedi e collo), 6 piccoli (fronte, cranio e parte posteriore della testa) e 8 per le dita dei piedi.

COME SCALDARE LE PIETRE

Il metodo più sicuro per scaldare le nostre pietre è utilizzare uno scaldapietre da massaggio professionale.

I nostri scaldapietre includono un recipiente removibile in cui si collocano le salviette pulite per posizionare le pietre sopra di esse. È necessario riempire il recipiente con acqua fino a coprire le pietre e, successivamente, chiuderlo con il coperchio affinché si possa raggiungere la temperatura adeguata nel minor tempo possibile. La temperatura può essere regolata mediante la schermata frontale; una volta utilizzate, le pietre si possono introdurre nuovamente affinché raggiungano nuovamente la temperatura desiderata.



Il massaggio con pietre di basalto

Le pietre devono essere riscaldate, tramite scaldapietre professionali, a una temperatura di circa 45°C. Nel frattempo, preparare una ciotola con acqua fredda ed alcune salviette prima di iniziare il massaggio. Verifica con il paziente se la temperatura delle pietre è quella adeguata a lui; ogni pietra, in base alla dimensione, possiede una resistenza al calore differente, pertanto la temperatura può cambiare a seconda della dimensione. È importante assicurarsi che la temperatura della pietra sia ottimale per il paziente.

Se le pietre sono eccessivamente calde, sommergerle in una ciotola d'acqua fredda per circa 5 secondi o coprirle con un'asciugamano per ridurre la sensazione di calore. Se le pietre sono eccessivamente fredde, rimuoverle dalla pelle del paziente per non ridurre l'effetto del trattamento.

All'inizio di ogni tipo di massaggio:

Iniziare il trattamento con il paziente sdraiato con la testa in su o in giù. A seconda della zona da trattare. Strofinare l'olio da massaggio nelle mani per riscaldarlo prima di applicarlo sulla pelle e realizzare un massaggio rilassante nella zona con l'aiuto dell'olio.

Come si utilizzano le minipietre per i punti di pressione?

Utilizzare le pietre per i punti di pressione per massaggiare la testa, la schiena i fianchi, il collo, le spalle, l'addome e il petto, le quattro estremità e i piedi, così come si può osservare nelle immagini di seguito.



Come si utilizzano le pietre chakra?

Il chakra utilizza pietre simboliche per equilibrare ed armonizzare l'energia e il benessere del paziente. Ogni pietra è simbolo di un diverso tipo di energia del corpo e di un diverso elemento naturale: terra, acqua, fuoco, etere e luce.

Collocare l'ametista sulla fronte, la pietra trasparente nell'orione, la rosa vicino alla gola, la verde nel petto, la pietra occhio di tigre nel ventre, l'agata nella parte addominale inferiore e la howlite in prossimità del coccige.



Come scaldare il collo

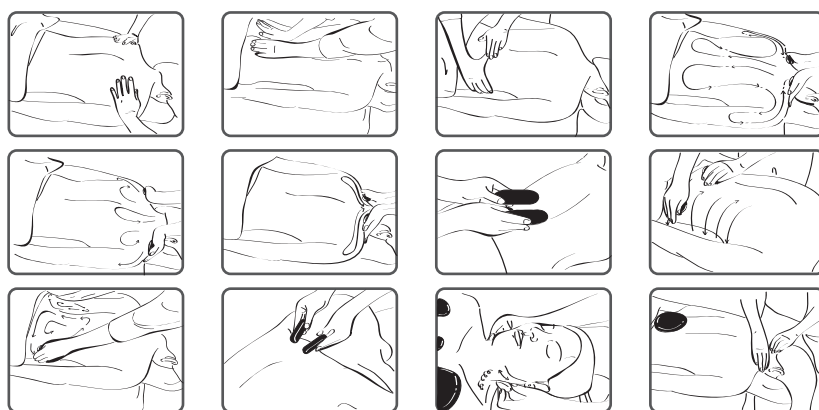
Scaldare una pietra extragrande per collocarla sotto al collo del paziente una volta sdraiato e a testa in su. È consigliabile riscaldarla a una temperatura di circa 43°C.



Il massaggio con pietre di basalto

Massaggio sulla schiena

1. È consigliabile combinare il massaggio tradizionale con l'uso delle **pietre grandi e medie**.
2. Utilizzare le pietre per massaggiare il collo, la spalla e i fianchi del paziente seguendo le immagini seguenti. È possibile anche utilizzare le minipietre per i punti di pressione per lavorare i punti di agopuntura del canale della vescica urinaria ed altri **punti di agopuntura** su entrambi i lati della colonna vertebrale.
3. Per ottenere un effetto completo, il massaggio deve durare almeno **30 minuti**.



Masaggio su cosce e polpacci

1. È consigliabile combinare il massaggio tradizionale con l'utilizzo delle **pietre grandi per le cosce** e le **medie per i polpacci**.
2. È possibile anche utilizzare le minipietre per i punti di pressione per lavorare sui **punti di agopuntura** per ottenere un risultato più ottimale.
3. Utilizzare le pietre per massaggiare i fianchi, le cosce, le ginocchia, i polpacci e le caviglie del paziente seguendo le immagini di seguito:



Il massaggio con pietre di basalto

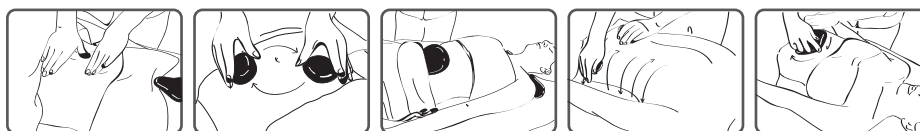
Masaggio sulle braccia

1. È consigliabile combinare il massaggio tradizionale con l'uso delle **pietre grandi e medie**.
2. Come si può osservare nelle immagini sottostanti, utilizzare le pietre per massaggiare le spalle, le braccia e le mani.
3. È possibile utilizzare le minipietre anche per i punti di pressione per lavorare i **punti di agopuntura**.



Masaggio sul ventre

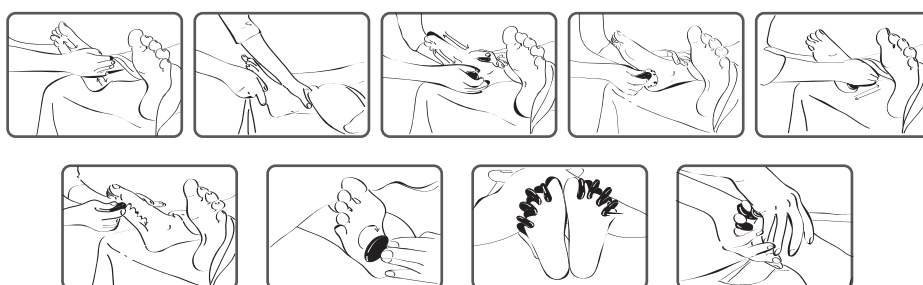
1. È consigliabile combinare il massaggio tradizionale con l'uso delle **pietre grandi e medie**. È anche possibile utilizzare una delle **pietre extragrandi per scaldare la zona, a una temperatura di circa 43°C**.
2. Come si può osservare nelle immagini sottostanti, utilizzare le pietre per massaggiare il ventre e la parte addominale inferiore.
3. È anche possibile utilizzare le minipietre per i punti di pressione per lavorare sui **punti di agopuntura**.



Il massaggio con pietre di basalto

Masaggio sui piedi

1. È consigliabile combinare il massaggio tradizionale con l'uso delle **pietre medie** e le **piccole** per le dita dei piedi.
2. È anche possibile utilizzare una delle pietre medie per massaggiare l'arco plantare, le caviglie e la pianta dei piedi.
3. Si otterrà un effetto migliore utilizzando le minipietre per i punti di pressione per lavorare sui **punti di agopuntura**.



Massaggio alla testa

1. È consigliabile combinare il massaggio tradizionale con l'uso delle **pietre piccole e medie** indicate per il massaggio facciale.
2. Utilizzare le pietre indicate per massaggiare la fronte, le tempie, il cranio, il rombencefalo, le spalle e il collo come dimostrato nelle immagini sottostanti.
3. Si otterrà un risultato migliore utilizzando le **minipietre per i punti di pressione** per lavorare i **punti di agopuntura**.



Il masaggio con pietre di basalto

Masaggi sul viso

1. Evitare il contatto dell'olio da massaggio con gli occhi. Premere i punti di agopuntura intorno agli occhi per rilasciare i meridiani. Strofinare delicatamente le tempie e massaggiare le guance, le orecchie e il cranio.
2. È raccomandabile combinare il **massaggio tradizionale** con l'uso delle **pietre piccole** da collocare sulla **fronte**, le **guance** e le **tempie**.
3. Si otterrà un effetto migliore utilizzando le **minipietre per i punti di pression** per lavorare sui **punti di agopuntura**.



Masaggio sul viso e la testa con le pietre bianche di marmo

Con lo scopo di **riattivare** e **rinnovare** le **funzioni de corpo**, si possono utilizzare le pietre di marmo fisse per esercitare pressione sul cranio, il viso, il collo, le mani, il petto e le piante dei piedi prima di completare la terapia con le pietre da massaggio.

Utilizzare le pietre di marmo a **temperatura ambiente**, non è necessario raffreddarle, il loro proprio materiale le mantiene ad una temperatura ottimale per il trattamento a freddo. Ricorda che si consiglia di evitare il contatto del marmo freddo con le articolazioni del paziente, per evitare di peggiorare casi di artrite o reumatismi.

1. Collocare le pietre sulla **fronte** del paziente e lasciarle in questa posizione per un pò di tempo. Muovere delicatamente le pietre con le punte delle dita e spostarle verso le **tempie**, il **viso** e il **mento**.
2. Premere delicatamente con le pietre bianche il **collo**, il **rombencefalo** e il **mento** come dimostrato nelle immagini in alto.
3. Strofinare delicatamente le **mani** e l'**arco del piede** con le **pietre bianche medie**.
4. Collocare una **pietra bianca grande sul petto** del paziente per recuperare il ritmo abituale della respirazione. È raccomandabile utilizzare le pietre piccole per lavorare sul collo, le mani e le piante dei piedi, ma è anche possibile combinarle con le medie.

