

## «Лапонька-1»



Мы предлагаем Вашему вниманию массажер «ЛАПОНЬКА», который гармонично сочетает в себе изящество формы, удобство в применении, надежность и долговечность.

Богатство цветовой гаммы, в которой выполнены изделия, дает возможность со вкусом выбрать цвет.

Пользоваться массажером могут все, «ЛАПОНЬКА» настолько удобно лежит в ладони, что позволяет проводить массаж без дополнительных усилий на удерживание самого массажера. Его пять каплеобразных массажных элементов равномерно перераспределяют силу воздействия между собой так, что кожа абсолютно защищена от травм. Уже после нескольких минут воздействия улучшается настроение, самочувствие, снимается острая боль.

### Основные способы воздействия:



**Правильное расположение массажера в руке при использовании:** массажер пятью ножками соприкасается с массируемой поверхностью, сверху на сердцевину массажера прикладывается ладонь в естественном ее положении, так чтобы пальцы руки не проваливались в промежутки между ножками массажера. В таком положении проводить все массажные приемы, в результате чего не будет создаваться дополнительное напряжение и усталость в мышцах руки, шеи и спины пользователя.

В таком положении проводить все массажные приемы, в результате чего не будет создаваться дополнительное напряжение и усталость в мышцах руки, шеи и спины пользователя.

**Поглаживание** – мягкие спералевидные или круговые движения, без каких-либо дополнительных усилий и нажима: достаточно веса собственной руки и массажера. Данный прием производится как подготовка к более сильному воздействию – растиранию, а также в заключительной фазе массажа – расслабляющей.

**Растирания** – более твердые круговые, либо спералевидные движения с незначительным усилием. Проводятся до стойкого теплового ощущения, после

чего пациент готов к следующему приему – встряхиванию.

**Встряхивание** – массажер фиксируется на теле пациента в области воздействия и производятся резкие, быстрые движения из стороны в сторону с маленькой амплитудой, при этом передвигать массажер вдоль массажных линий. Данный массажный прием рекомендуется проводить в одном направлении (сверху-вниз, снизу-вверх и т.д.) и в завершении каждой массажной линии, как продолжение встряхивания совершить сброс в сторону, при этом массажер отводится от тела, поэтому необходимо придерживать его пальцами. Этот прием не только увеличивает ток лимфы и снимает отеки, но и увеличивает циркуляцию крови по капиллярным сосудам, обеспечивая тканям и органам достаточное питание и доставку кислорода. Приводит в тонус мышечную систему, укрепляет мышцы и разрушает целлюлитные образования. На ягодицах, бедрах и спине в сочетании с встряхиванием целесообразно провести постукивание.



**Постукивание** – массажер берется за одну ножку или за две (в этом случае рекомендуется зафиксировать указательный палец на середине сердцевины массажера, большим пальцем придерживать одну из ножек, а оставшимися свободными – вторую) и расслабленной в лучезапястном суставе кистью проводится постукивание в области воздействия. Начинать данный массажный прием следует без усилий, так чтобы просто ощущать соприкосновение массажера с кожей (для того чтобы определить степень силы воздействия, а так же избежать нежелательных травм), затем можно увеличивать силу воздействия, если не возникают болевых ощущения. Не рекомендуется проводить данный прием в области суставов и в непосредственной близости с позвоночником, а также на голове.

**Прокручивание** – массажер захватывается пальцами между ножками. Затем: а) произвести нажатие массажными элементами на массируемую поверхность; б) с продолжением нажатия, массажер прокручивается вокруг вертикальной оси (вправо или влево). Движение можно производить как в одну сторону (после каждой прокрутки массажер отводится от массируемой поверхности и возвращается в исходное положение, после чего движение повторяется), так и в обе (после прокрутки массажера по оси в одну сторону, вернуть его в исходное положение, не отрывая от тела, аналогичным движением в противоположную сторону).

**Массаж** можно проводить как через одежду (желательно х/б материал), так и на непосредственно тело с применением массажных кремов или масел. Дополнительный эффект достигается от массажа в сауне или бане.



**Проводя основные массажные приемы** – растирания, поглаживания, постукивания, захваты и прокручивания – пользователи получают не только благотворный эффект от физического воздействия на поверхности кожных покровов и в верхних слоях подкожной клетчатки, но и

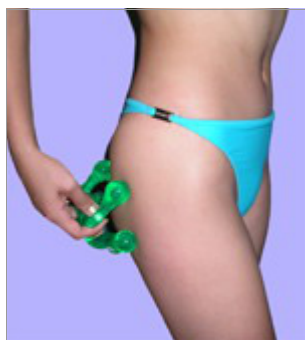
энергетический эффект цветового воздействия: каждый элемент как символ своей стихии «подпитывает» тело энергией цвета.

**При проведении массажа нужно чередовать приемы**, не делая перерывов между ними. Начинать массаж следует мягко и нежно, затем он должен постепенно усиливаться, а в конце должны повторяться мягкие, расслабляющие приемы. Сильные приемы чередуются со слабыми, каждый прием повторяется 5-8 раз.

Лимфатические узлы не массируются.

**Все приемы выполняются по ходу лимфатических путей** – по направлению к ближайшим лимфатическим узлам. Это значит, что спина массируется по направлению от области таза к шее и от позвоночного столба в стороны. Бедро – от коленного сустава к паху. Голень – от пальцев стопы к коленному суставу. Шея – от волосистого покрова головы к спине. Грудь – от живота к подмышечной ямке. Живот – по ходу часовой стрелки. Предплечье рнуки – от кисти к локтевому суставу. Плечо – от локтевого сустава к подмышечной ямке. Кисть – от пальцев к лучезапястному суставу. Поясница и крестец – к паховым узлам.

Массажер чрезвычайно эффективен при массаже головы, шеи, коленных, тазобедренных, плечевых суставов. Благоприятно влияет на мускульную систему: мышцы передней и задней поверхности бедра, икроножные, крупные мышечные группы, широчайшие мышцы спины, лопаточные, большие и малые грудные мышцы, ягодичные мышцы. Массаж оказывает положительное воздействие на все системы организма и нормализует работу внутренних органов. Регулирует вегетативные функции организма: дыхание, кровообращение, пищеварение и выделение. При необременительном, но регулярном использовании «ЛАПОНЬКА» для массажа или самомассажа улучшается кожное дыхание, усиливается секреторная функция потовых и сальных желез.



**Массаж при помощи «ЛАПОНЬКА»** быстро снимет усталость, вернет силы, избавит от стресса. Массажер «ЛАПОНЬКА» превратит ваши руки в руки профессионального массажиста, сделает вас настоящим мастером массажа. С помощью «ЛАПОНЬКА» проведение классического массажа стало еще более удобным.

**Массажер «ЛАПОНЬКА»** значительно укрепляет здоровье при остеохондрозе, артритах коленных суставах, радикулите, при избыточном весе, хорошо справляется с целлюлитом, разглаживает кожные покровы тела, головы, укрепляет корни волос, восстанавливает их питание.

**Массажер «ЛАПОНЬКА»** рекомендован для применения в домашних условиях, в реабилитационных центрах, кабинетах ЛФК, в центрах массажа и мануальной терапии, амбулаторных и поликлинических службах. Выполнен из экологически чистого полимерного материала.

Теперь вам доступно мастерство профессионального массажиста дома. В считанные минуты вы ощутите, как приятное тепло разливается по всему телу, к вам возвращаются силы и радость жизни.

**Усилить эффект от воздействия в процессе массажа позволит применение массажного крема или масла.**

## «Лапонька-2»



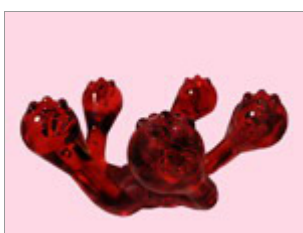
**В результате новейших разработок,** массажер «ЛАПОНЬКА» предстал в новом качестве. Дополнительные массажные элементы на каждой из пяти ножек значительно расширяют возможности воздействия массажером на более глубокие структуры организма и позволяют получить более выраженный и стойкий эффект

от массажа.

**Уникальная обтекаемая форма массажера** позволяет при минимальных усилиях достичь максимального эффекта.

«ЛАПОНЬКА-2» удобно размещается в ладони, не требуя дополнительной поддержки или захвата, за счет удобного расположения ножек, что значительно упрощает процесс массажа, и снимает напряжение с мышц предплечья, плеча, шеи, спины пользователя.

**Массажные элементы** располагаются в зоне точек соприкосновения с телом, по 7 (семь) элементов на каждой ножке, что в свою очередь увеличивает площадь воздействия массажера и количество точек соприкосновения, за счет чего повышается интенсивность проводимого массажа и снижается время его проведения, при достижении максимального эффекта.



Массажер «ЛАПОНЬКА-2» рекомендован для тех, кому необходим глубокое, интенсивное воздействие, а именно: в борьбе с целлюлитными образованиями; для напряженных мышц области шеи, плеч, и спины у мужчин; при искривлении позвоночника, радикулите, отложениях солей, а так же выпадении волос.

**Массажные приемы** при использовании массажера «ЛАПОНЬКА-2» те же, что и у массажера «ЛАПОНЬКА», однако за счет усовершенствования формы массажера, массажным приемом «прокручивание» достигается максимальный эффект, благодаря увеличенному количеству точек контакта с поверхностью кожи.





**Массажер «ЛАПОНЬКА-2» - незаменимый помощник в борьбе за красоту и здоровье.**

### «Лапонька-4»



Отличительной особенностью массажера «ЛАПОНЬКА-4» является удобное расположение массажных шаров для воздействия на мышцы спины, позвоночный столб (шейный, грудной и поясничный отдел позвоночника), а также на узкие участки тела, такие как руки и ноги.

Массажер удобно лежит в ладони и позволяет массировать:

- руки: плечевой сустав, предплечье, локтевой сустав;
- ноги: бедро, голень, коленный сустав, голеностопный сустав и стопы.

Модель массажера «ЛАПОНЬКА-4» была специально разработана как дополнение предыдущих моделей массажера «ЛАПОНЬКА», позволяющая с легкостью и удобством воздействовать на спину между лопаток, вдоль позвоночного столба, в целях профилактики и лечения заболеваний остеохондроза, радикулита, сколиоза.

### «Лапонька-Краб»



Новейшей разработкой и наиболее усовершенствованной моделью массажеров «ЛАПОНЬКА» является массажер «ЛАПОНЬКА – Краб».

Отличительной чертой массажера «ЛАПОНЬКА - Краб» является увеличение количества ножек. На каждой из **шести** ножек присутствуют **7** массажных элементов, благодаря которым производится воздействие на более глубокие слои организма, а также, за счет увеличения площади соприкосновения, значительно упрощается процесс использования данного массажера.

**Шесть ножек** массажера расположены ближе друг к другу, в следствии чего массаж проводимый массажером «ЛАПОНЬКА – Краб» максимально интенсивен, позволяя пользователю значительно сократить время и силы на массаж, и получать лишь удовольствие от использования массажера. Достаточно нескольких секунд воздействия массажером на отдельный участок тела, как появляется ощущение сильного и стойкого теплового эффекта, кожа области воздействия приобретает розоватый (а порой и красный) оттенок, а это в свою очередь подтверждает, что начался процесс обмена веществ в тканях, улучшилось кровообращение и начался процесс восстановления.



Так же для удобства в применении, ножки данного вида массажера укорочены, из-за чего он кажется меньше других

массажеров «ЛАПОНЬКА», однако эта особенность в большей степени снимает дополнительную нагрузку с области предплечья, плеча, шеи и спины пользователя при его применении. Массажер удобно располагается в ладони, не требуя дополнительных усилий на его удержание.

**Ножки массажера «ЛАПОНЬКА – Краб»** расположены по три с противоположных сторон массажера, симметрично друг другу, благодаря чему вдоль оси симметрии между противоположными ножками существует пространство, которое позволяет наиболее удобно и безопасно воздействовать на мышцы позвоночного столба, при этом не травмируя сам позвоночник, а также данная особенность массажера позволяет проводить крайне эффективный массаж узких участков тела, таких как руки, ноги и шея, при массаже этих участков, в отличие от других массажеров, массажные элементы максимально воздействуют на массируемую поверхность, а расположение ножек прекрасно подходит для массажа таких зон, труднодоступных для других массажеров.

**Массажные приемы** для использования массажера «ЛАПОНЬКА – Краб» и рекомендации по применению такие же, как для массажера «ЛАПОНЬКА».

**Преимуществом массажера «ЛАПОНЬКА – Краб»** является то что он подходит для всех членов семьи, всех возрастов. За счет своей уникальной формы он идеально подходит для детей и взрослых с различными требованиями к функциям массажера.

**Массажер «ЛАПОНЬКА – Краб» - волшебник для всей семьи.**

[www.gradusnik.pro](http://www.gradusnik.pro)