

therma**bliss**®

THERMAHERBAL™ KRÄUTERSTEMPEL MASSAGE PROTOKOLLE



SELBSTTHEIZENDE KRÄUTERSTEMPEL
AKTIVIERUNG NUR MIT WARMEN WASSER

SPA REVOLUTIONS®
CRAFTING 🍬 SCIENCE 🌿 BEAUTIFULLY®

WWW.PACIFIC-SPIRIT.COM

AKTIVIERUNG

1. Öffnen Sie die Verpackung und lassen Sie den Kräuterstempel in der Verpackung.
2. Füllen Sie lauwarmes / handwasch-warmes Wasser bis zum oberen Fensterrand der Verpackung. Stellen Sie sicher, dass der Kräuterstempel vollständig mit Wasser bedeckt ist.
3. Drücken Sie den Kräuterstempel 3-4 Mal in der Verpackung, so dass das Wasser absorbiert wird. Stellen Sie die Verpackung für 3 Minuten zur Seite damit der Kräuterstempel aufheizen kann.
4. Nehmen Sie den Kräuterstempel aus der Verpackung und drücken Sie überschüssiges Wasser vor der Anwendung aus.
5. Überprüfen Sie die Temperatur am Unterarm bevor Sie den Kräuterstempel verwenden.
6. Um eine konstante Behandlungstemperatur zu gewährleisten, sollte der Kräuterstempel nahezu die gesamte Dauer der Behandlung genutzt werden. Falls die Temperatur zu heiß werden sollte, geben Sie etwas von dem übrig gebliebenen Wasser aus der Verpackung über den Kräuterstempel.

WARNUNG: Der Kräuterstempel darf NIEMALS auf den Gast für längere Zeit aufgelegt werden, dies kann zu Verbrennungen führen. Wenn der Kräuterstempel nicht genutzt wird, erwärmt ersich. Nicht auf den Augen benutzen.

IHRE VORTEILE

Sie benötigen pro Behandlung nur 1 oder 2 Stempel.

Das lästige Auswechseln und erneutes Erhitzen der Stempel im Erwärmer entfällt.

Sie können sich ganz auf Ihren Gast konzentrieren.

Die Kräuterstempel sind sofort einsatzbereit, perfekt für das Institut und für mobile Anwendungen.



THERMAHERBAL™ KRÄUTERSTEMPEL GANZKÖRPER PROTOKOLL

Behandlung: Die Kräuterstempelanwendung ist eine sehr alte und traditionelle Behandlung in Asien. Dieses warme und luxuriöse Treatment kann viele Gesundheitsvorteile bieten und ruft eine tiefe Entspannung hervor. Stress und Müdigkeit werden gelindert. Werten Sie Ihre Reflexzonenmassage mit den wertvollen und therapeutischen Eigenschaften der Aromatherapie, Kräuter- und Wärmetherapie auf.

Vorteile:

- Reduziert Verspannungen durch Wärme und durch die aromatischen Eigenschaften der Kräuter
- Erleichtert die Atmung aufgrund der aromatischen Dämpfe der Kräuter
- Verbessert den Blutkreislauf, da die Massage und die Wärme die Blutgefäße erweitern und diese dadurch effektiver arbeiten können
- Hilft Gifte und Abfallstoffe zu beseitigen durch erhöhte Lymphzirkulation und Entgiftung aufgrund der Wärme, Kräuter und Massage
- Stellt den vitalen Energiefluss des Körpers wieder her durch die Stimulation der Energie Linien (Sen Linien)
- Kann entzündungshemmende, astringierende und antioxidative Eigenschaften aufweisen, aufgrund der Kräuter die im Kräuterstempel verwendet wurden

Benötigte Produkte und Zubehör: 2 ThermoHerbal Kräuterstempel, *Detox & Energize* oder *Relax & Renew*

Dauer: 30-40 Minuten

Ablauf in Rückenlage

SCHRITT 1

Stellen Sie sicher, dass sich Ihr Gast wohl fühlt. Decken Sie Ihren Gast zu.

SCHRITT 2

Aktivieren Sie den ThermoHerbal Kräuterstempel wie auf der Packung beschrieben.

SCHRITT 3

Während die Kräuterstempel aufwärmen (3-5 Minuten) stellen Sie sich auf die linke Seite des Gastes. Legen Sie die linke Hand auf den Solar Plexus (Sternum) des Gastes während Sie die linke Hand des Gastes im 90 Grad Winkel rotieren. Legen Sie die Daumen auf die Hand die auf dem Solar Plexus liegt. Pumpen Sie sanft und leicht auf dem Sternum. Dies regt den Gast an langsam und tief zu atmen.

Anmerkung: Diese symbolische Geste ermutigt den Gast sich für die Vorteile der Behandlung zu öffnen.

SCHRITT 4

Drehen Sie die Hand in eine neutrale Position zurück, nehmen Sie die Kräuterstempel und begeben Sie sich zu den Füßen Ihres Gastes.

SCHRITT 5

Üben Sie mit den Kräuterstempeln Druck aus entlang der Fußbögen (welche in der Reflexologie mit den Chakra Punkten assoziiert werden) indem Sie langsame, bedächtige kreisende Bewegungen entlang der Sen Linien durchführen.

Sen Linien: Sen Linien sind energetische Linien die durch den Körper verlaufen. Es wird gesagt, dass wenn eine Stelle der Linie stagniert oder verstopft ist (die Energie kann nicht leicht fließen) Gesundheitsprobleme entstehen können. Die Energieflüsse zu lösen kann zu besserer Gesundheit führen.

Anmerkung: Langsame, bedächtige kreisende Bewegungen können den Energiefluss des Körpers aktivieren.

SCHRITT 6

Führen Sie weiter die langsamen kreisenden Bewegungen mit Druck aus. Pressen Sie die Kräuterstempel entlang der gesamten Beine, über den Unterleib (durch das Tuch) bis zum Sakral und Solar Plexus Chakra.

SCHRITT 7

Vom Solar Plexus Chakra aus, drücken Sie die Stempel in einer schrägen Linie hoch zu den Schultern auf und wieder herunter entlang der Sen Linie des Arms bis zum Handgelenk. Vom Handgelenk aus, drücken Sie die Stempel in umgekehrter Form wieder auf, hoch zu den Armen, dann zu den Schultern, herunter über den Unterleib, über die Beine zu den Fußbögen.

SCHRITT 8

Wiederholen Sie diesen Ablauf 3 Mal.

SCHRITT 9

Bevor der Gast sich auf den Bauch dreht, setzen Sie sich an den Kopf des Gastes und nehmen die Kräuterstempel. Drücken Sie die Kräuterstempel zügig mit zuerst sanften und dann immer stärkeren Druckpunktbewegungen entlang des oberen Trapezmuskel der Schulter. Lassen Sie die Kräuterstempel an den Schultern und wiegen Sie sanft den Nacken am Hinterhauptkamm. Halten Sie für ein bis zwei Minuten. Bedecken Sie den Gast und helfen ihm sich in die Bauchlage zu begeben.

Ablauf in Bauchlage

SCHRITT 10

Beginnen Sie mit den Stempeln an den Sen Linien der Fußsohlen mit langsamen, kreisenden Bewegungen.

SCHRITT 11

Führen Sie die Bewegung an den Sen Linien der Beine weiter aus, der Gesäßmuskeln, über den Rücken zu den Schultern, über den Nacken bis zum Hinterhauptkamm des Kopfes.

SCHRITT 12

Vom Hals aus drücken Sie die Stempel über die Arme bis zu den Handflächen. Von den Handflächen aus führen Sie die Bewegungen in umgekehrter Form über die Arme zu den Schultern, den Rücken herunter, über die Gesäßmuskeln und Beine bis zu den Fußsohlen.

SCHRITT 13

Wiederholen Sie diesen Ablauf 3 Mal.

SCHRITT 14

Beenden Sie die Anwendung mit einer leichten, rüttelenden Bewegungstechnik für den ganzen Körper. Geben Sie dem Gast etwas Zeit um wieder ins hier und jetzt zu finden. Packen Sie die ThermoHerbal Kräuterstempel zurück in die Packung und geben Sie diese den Gast mit nach Hause. Sie können diese beim Baden nutzen. Der Kräuterstempel kann in seiner Verpackung im Kühlschrank bis zu einer Woche aufbewahrt werden.

Anmerkung: Es gibt Diagramme über die Sen Linien des Körpers. Jedoch variieren diese Linien etwas bei jedem Menschen. Die Sen Linien zu finden ist mehr eine Kunst als eine Wissenschaft und mehr eine Intuition, zusammen mit einer theoretischen Wissensbasis. Während normalerweise die Daumen entlang dieser Sen Linien eingesetzt werden, sind die Kräuterstempel jedoch ideal da der Druck der Kräuterstempel mehr als eine Sen Linie anspricht.

THERMAHERBAL™ KRÄUTERSTEMPEL NACKEN/SCHULTER PROTOKOLL

Benötigte Produkte und Zubehör: 1 ThermaHerbal Kräuterstempel Detox & Energize oder Relax & Renew

Dauer: 10-15 Minuten

Ablauf in Rückenlage

SCHRITT 1

Aktivieren Sie den ThermaHerbal Kräuterstempel wie auf der Packung beschrieben. Stellen Sie sicher, dass Ihr Gast komfortabel auf dem Rücken liegt. Entblößen Sie die Schultern und die Arme. Tragen Sie KEIN ÖL oder Lotion auf.

SCHRITT 2

Beginnen Sie am Handgelenk und führen Sie mit dem warmen Kräuterstempel kleine kreisende Druckpunkte aus. Drücken Sie den Kräuterstempel über den Unterarm, den Bizeps, über die Schulter und über den Brustmuskel. Führen Sie den Ablauf in umgekehrter Reihenfolge durch, vom Brustmuskel zurück zum Handgelenk.

SCHRITT 3

Wiederholen Sie die Bewegungen über die Schultern zum oberen Trapezmuskel und zum Nacken. Führen Sie den Ablauf in umgekehrter Reihenfolge durch, vom Nacken zum Handgelenk. Wiederholen Sie dies jeweils 2 x.

SCHRITT 4

Begeben Sie sich auf die andere Seite des Körpers und wiederholen Sie die Schritte 1-4.

SCHRITT 5

Setzen Sie sich an das Kopfende des Gastes und drücken Sie den Kräuterstempel mit kleinen kreisenden Bewegungen über den oberen Trapezmuskel, über den Nacken und zum Hinterhauptkamm. Wiederholen Sie dies einige Male.

SCHRITT 6

Wenn Sie den Ablauf beendet haben, stellen Sie den Kräuterstempel auf das Brustbein (Herzchakra). Der Stempel liegt auf dem Handtuch. Führen Sie nun die Massage oder die Gesichtsbehandlung aus.

Ablauf in Bauchlage

SCHRITT 3

Stellen Sie sich an die Seite des Gastes. Beginnen Sie mit kleinen kreisenden Druckbewegungen mit den warmen Kräuterstempeln. Fangen Sie am Quadratus lumborum an, dann hoch über den Rückenstreckmuskel, über den Musculus rhomboideus major, dem oberen Trapezmuskel und herunter am Arm entlang über den Trizeps, den Unterarm bis zur Handfläche.

SCHRITT 4

Wiederholen Sie den Ablauf in umgekehrter Reihenfolge indem Sie an der Handfläche beginnen. Wiederholen Sie dies 2 Mal.

SCHRITT 5

Begeben Sie sich auf die andere Seite des Körpers und wiederholen Sie die Schritte 3 und 4.

SCHRITT 6

Stellen Sie sich nun an den Kopf des Gastes und drücken Sie den Stempel in kleinen Kreisen über den oberen Trapezmuskel, über den Nacken zum Hinterhauptkamm. Wiederholen Sie dies jeweils 2 x auf jeder Körperseite.

SCHRITT 7

Wenn Sie den Ablauf beendet haben, stellen Sie den Kräuterstempel auf das Kreuzbein (Sakralchakra). Der Stempel liegt auf dem Handtuch. Führen Sie nun die Massage durch.

THERMAHERBAL™ KRÄUTERSTEMPEL FUSS REFLEXOLOGIE PROTOKOLL

Vorteile:

- Lindert schmerzende und geschwollen Füße
- Glättet die Haut und macht sie weicher
- Kann Entzündungen in den Gelenken lindern
- Verbessert den Blutfluss
- Aktiviert die Sen Linien (Energie) der Reflexzonen am Fuß

Benötigte Produkte und Zubehör: 1 ThermoHerbal Kräuterstempel Detox & Energize oder Relax & Renew

Dauer: 10-15 Minuten

Ablauf in Rückenlage

SCHRITT 1

Aktivieren Sie den ThermoHerbal Kräuterstempel wie auf der Packung beschrieben. Stellen Sie sicher, dass Ihr Gast komfortabel auf dem Rücken liegt. Fangen Sie nun an der Ferse an und arbeiten entlang des Fußbogens. Wärmen Sie den Fuß mit kleinen kreisenden Kompressionen mit dem Kräuterstempel.

SCHRITT 2

Führen Sie weiter die kreisenden Druckpunktbewegungen entlang der Fußsohle aus, um die Knöchel, hoch zur Achillesferse und über die Oberseite des Fußes.

SCHRITT 3

Führen Sie die Bewegungen nun umgekehrt aus, von der Oberseite des Fußes zurück zur Fußsohle. Wiederholen Sie dies 2 x. Wiederholen Sie den Ablauf am anderen Fuß.

SCHRITT 4

Wenn Sie den Ablauf beendet haben, dann legen Sie den Kräuterstempel auf das Handtuch auf den Unterleib (Sakralchakra). Führen Sie Ihre Fußreflexzonenbehandlung weiter aus.

SCHRITT 5

Packen Sie den ThermoHerbal Kräuterstempel zurück in die Packung und geben Sie diesen den Gast mit nach Hause. Sie können diesen beim Baden nutzen. Der Kräuterstempel kann in seiner Verpackung im Kühlschrank bis zu einer Woche aufbewahrt werden.