



Rolletic Original

Jste připraveni zbavit se celulitidy a zformovat lépe svoji postavu? Důležité: Dbejte na správný směr otáčení bubnu.



Chodidla

Masáž chodidel ovlivňuje příznivě všechny orgány těla. Masáž provádíme max. 4 min.



Lýtka

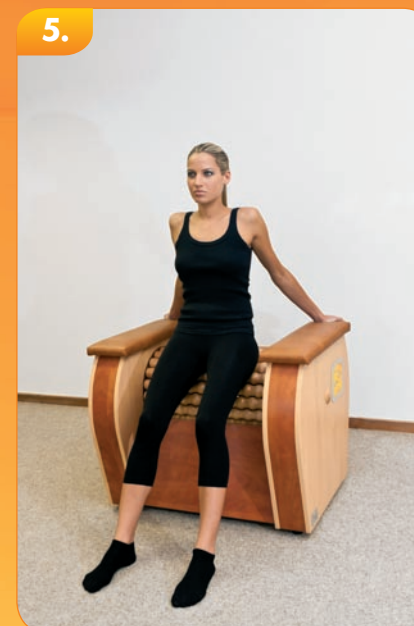
Odstraňuje napětí a únavu svalů, tvaruje lýtko.



Stehna

zadní strana

Odbourává tukové polštáře a celulitidu. Zpevněním stehenních svalů formujeme postavu.



Hýždě

zadní strana

Odstraňuje celulitidu, zpevňuje hýžděové svalstvo, dochází ke zvedání zadečku.



Hýždě

boční strana

Odstraňuje celulitidu, zpevňuje hýžděové svalstvo, dochází ke zvedání zadečku, provádíme oboustranně, zrcadlově.



Stehna

vnější strana

Odbourává tukové polštáře a celulitidu. Zpevněním stehenních svalů formujeme postavu, provádíme oboustranně, zrcadlově.



Stehna

vnitřní strana

Důležitá masáž pro zpevnění skupin svalů vnitřní strany stehna. Pozor! Masírovat vždy jen nohu na té straně rotoru, kde se otáčí nahoru. Provádíme oboustranně, zrcadlově.



Stehna

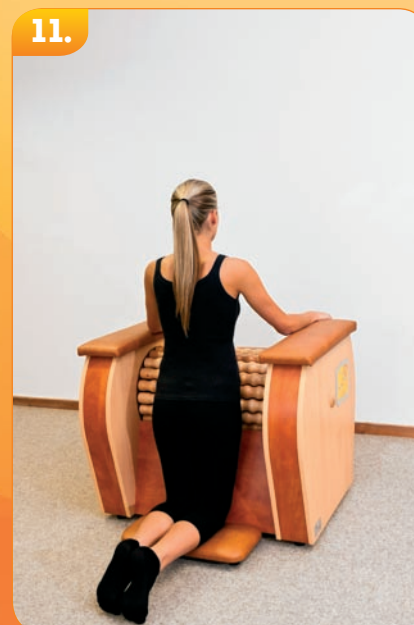
přední strana

Formuje přední stranu stehen, možno spojit s formováním břicha.



**Přední strana steh
+ břicho**

Formujeme přední stranu stehen společně s břichem. Pozor, nemasírovat žaludek!



Břicho

Zpevňující masáž břišních svalů uvolněných po porodu i po dietách. V důsledku zpevnění dochází mnohdy i ke zlepšení různých gynekologických obtíží. Pozor, nemasírovat žaludek!



Boky

Odstraňuje tukové polštáře. Velmi rychle působí na tvarování postavy – pasu. Provádíme oboustranně, zrcadlově.



Záda

Odstraňuje bolest a únavu zádových svalů. Velmi příjemná a uvolňující masáž. Možnost natáčení na obě boční strany.



Ruce

Zpevňuje ochablé svalstvo na ruku. Provádíme oboustranně, zrcadlově.