



ANDULLATIE PROGRAMMA'S

P01 Opwarmen

Helpt efficiënt op te warmen, vermindert spierspanning; verbetert de levenskwaliteit

P02 Diepwerkende spier-andullatie en vitaliseren van de spieren

Vitaliseert; geeft nieuwe energie; verhoogt het wellnessgevoel

P03 Stimulering van het lymfestelsel

Stimulering van de lymfestroom; stimulering van de ontgiftiging en ontzuring; ondersteuning / verbetering van de aderlijke terugstroom; verstevigt het bindweefsel; helpt bij cellulitis

P04 Impulsandullatie - voor een betere bloeddoorstroming

Verlicht spierkrampen; stimuleert de bloedcirculatie

P05 Ontspanning

Diepe ontspanning; vermindering van stress; helpt bij slaapstoornissen; activering van het zelfherstellend vermogen

P06 Voetreflexologie

Stimuleert de bloedcirculatie in de onderbenen en voeten; activeert de lymfe- en bloedcirculatie; verzachten van pijn; versterking van het immuunsysteem

P07 Verhardingen versoepelen

Bij rugklachten en verhardingen in de rugspieren; oplossen van myogelosen

P08 Chronische Rugklachten

Bij chronische klachten in het bereik van de lendenwervels; ischiasklachten



P09 Ontspanning van de nek

Bij spanningshoofdpijn, migraine en ontspanning van de nekspieren; tegen schouderpijn

P10 Gewrichten mobiliseren

Bij gewrichtspijnen; artrose en reuma; bij osteoporose

P11 Power-Nap

Vermindert stress en daardoor ook het risico op een burn-out, ontspant onmiddellijk

P12 Stofwisseling activeren

Stofwisselingsprocessen worden geactiveerd, bv. bij gewichtsproblemen; tegen spijsverteringsstoornissen; ter behandeling van gezwollen benen

P13 Recuperatie na het sporten

Sneller herstel na het sporten en na lichamelijk inspannende activiteiten; verzachten van spierpijn; ondersteunt de afbraak van metabole eindproducten

P14 Doelgerichte behandeling van buikvet

Vermindert buikvet dankzij de andulatiegordel. Stimulering van de darmactiviteit bij spijsverteringsproblemen; verbetert de doorbloeding van inwendige organen; stimulering van het buikspierstelsel; vermindering van ontstekingskernen in het visceraal vet

P15 Fibromyalgie, CVS, Spasmofilie

Verzachten van spierpijn en krampen; vermindering van stress en ontspanning; bij inslaap- of doorslaapproblemen; heeft een positieve invloed op het autonome zenuwstelsel

P16 Bloedsomloop stimuleren

Ondersteunt de bloedsomloop op een positieve manier; stimuleert en vitaliseert



P17 Acute pijn verminderen

Gebruik bij spit en bij (kuit)krampen

P18 Slaapstoornissen verhelpen

Vermindert doelgericht slaapstoornissen; helpt om de alledaagse spanningen af te bouwen

P19 Weefsel ontspannen

Spanningen in de meest uiteenlopende weefseltypes worden verminderd; verhelpt blokkades

P20 Stresstolerantie

Maakt het vegetatieve afweersysteem stressbestendiger; behoudt de tolerantie tegenover stressfactoren

