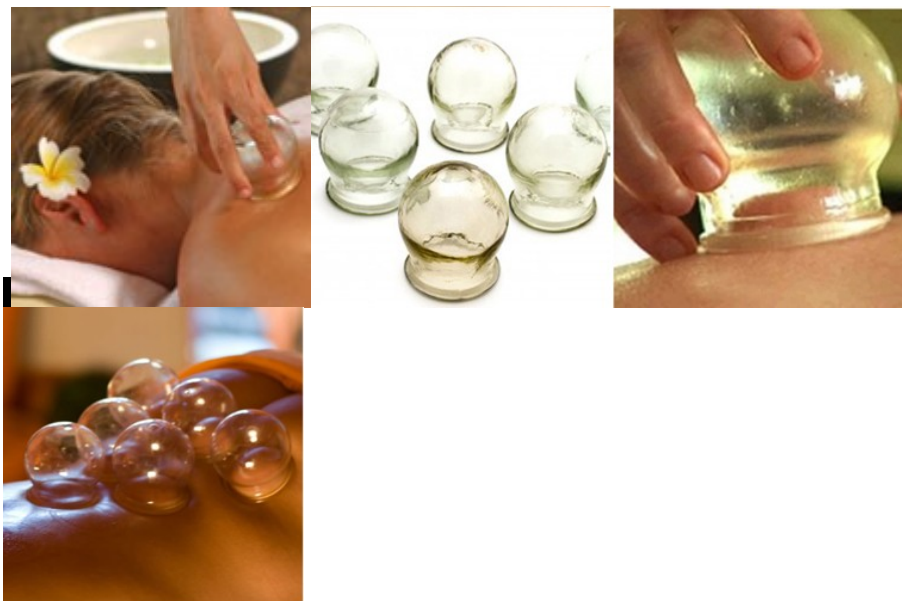


# Baňkování



Jedná se o velmi účinnou metodu odstraňování potíží jak orgánových, tak pohybového aparátu. Masáž baňkami nahrazuje klasickou masáž a ve výsledném efektu ji mnohonásobně překonává, zejména svojí schopností pod tlakem protáhnout, prokrvit a uvolnit hluboké svalové vrstvy.

Baňkování je velmi účinná masážní technika, která dobře působí na blokády a rychle rozhýbá energii ve vašem těle. Nejčastěji se baňkují záda. Velmi účinné je také baňkování ramen, kolen, paží, břicha a jiných částí těla. Dojde nejen k uvolnění zablokovaných a ztuhlých partií, ale zejména k prokrvení a nastartování "detoxikačního procesu" ve vašem těle. Z těchto důvodů je technika baňkování vhodná pro jakékoli stavy namožených zad, blokády na různých akupunkturálních drahách, bolesti hlavy apod.

## Účinky masáže baňkami:

- **protážení, prokrvení a hluboké uvolnění svalů**
- **pro utlumení bolesti hlavy, zad a kloubů**
- **podporuje funkci vnitřních orgánů**
- **pomáhá tělu při detoxikaci**

Kontraindikace, kdy není masáž baňkami vhodná:

- infekční onemocnění, záněty
- kožní problémy, akutní otevřené rány
- trombóza hlubokých žil, křečové žíly
- těhotenství