

Kingi lähedasele tervist

M.I. Massaažikooli õpetajad Irina Bukk ja Boriss Galtsov tutvustavad lihtsaid, kuid tõhusaid massaaživahendeid, mida võib ka jõuluvana kingikotti pista.

Kingiks tasub valida ikka midagi kasulikku. Ilu- ja nipsasju on meil ju kõigil kogunenud ülemäära. Paraku juhtub ka nii, et mõni kasulik massaaživahend on kapipõhja ununenud.

Loodetavasti leiatakse alljärgnevat nii kingi-ideid kui ka äratundmisrõõmu, et kalli massaažiparaadi asemel saaksite kasutada hoopis lihtsamat vahendit.



Toestav vöö

Selle vöö juures on kasutatud nii uut materjali kui tehnoloogiat. Toetades selja alaosa nagu korsett, leevendab vöö radikuliiti. Materjali soojendavad omadused lubavad vähendada ka tsel-luliiti.



Ämblik-peavispel

Ämbliku- ehk visplitaalse vahendiga peanahka mõjutades stimuleerite peanaha punkte ning peavalu leeveneb. Ka kõrget vererõhku saab sel moel alandada, kusjuures ei pea kartma, et see madala vererõhu veel madalamaks tõmbab. Sarnane "ämblik" on mõeldud ka turja jaoks. Mõjutades nahka, mõjutate kaudselt ka lihaseid.



Kupud

Need kupud pole klaasist, nagu klassikalised, vaid kummitaolisest materjalist.

Ka nende tarvitamisviis on teine. Selliseid kuppe kasutatakse tselluliidimassaažis, samuti kopsupõletiku järelravis. Kuppe on neljas suurus. Valida saab selle järgi, kui suurt pinda kui tugevalt on vaja mõjutada.

M.I. Massaažikoolis müüdavate kuppude juures on ingliskeelne juhend koos joonistega, kuid pakutakse ka ühepäevast koolitust.

Miinitaoline kuul

Niisugust kuuli käte vahel veeretades stimuleerite närvilõpmeid ja leevendate stressi.



Sõrmus

Kui selle sõrmusega kõik näpud sõrmeotsani ja tagasi töödelda, muutuvad teie meeled erksamaks ning tõuseb kogu keha toonus. Toimemehhanism on refleksoloogiliste punktide mõjutamine.



Tasakaalupadi

Siiliokkalisel õhkpadjal istudes ja end sellel liigutades tugevdab padi selga stabiliseerivaid lihaseid ning parandab lülisamba liigeste ainevahetust. Sel moel leeveneb valu nimmepiirkonnas ja paraneb ka rüht.

AASTA PARIM PAKKUMINE!
TULE JA VALI JUBA NÜÜD ENDALE SOBIV SOODUSTUS!

RAAMID VÕI KLAASID
-50% -50%

Raamid alates 145.-
Päikesepriidid - 50%
Müügil kinkekaardid

Kõvapinnaga klaasid alates 240.-/ paar
AR kattega klaasid alates 395.-/ paar

Silmanägemise kontroll prillitellijale -TASUTA!

Meie kauplused:

Tallinn Pärnu mnt. 68, tel.5-453-941 Väike Karja 5, tel.6-443-121, Pärnu mnt. 17, tel.6-651-740 Kaubamaja 6, tel.6-778-219, Sõpruse pst. 213, tel.6-523-235, Tartu Rüütli 10, tel.7-423-659, Pärnu Hospitalidi 14, tel.4-440-345, Järve Selver, Pärnu mnt.235, tel.6-673-677, Tartu mnt. 45, tel.6-484-874, Lai 11(Port Artur) 4-478-690, Rakvere Tallinna 16, tel.3-223-354, Paide Vee 3, tel.3-850-767, Jõhvi Narva mnt. 5, tel.3-352-258, Kuressaare Kohtu 1, tel.4-555-601, Kärdla Heltermaa 14A, tel.4-632-057, Rapla Tallinna 14, tel.4-855-540, Viljandi Tartu tänav 3, tel.4-333-322.

Pakkumine kehtib raamide ja klaaside koostul kuni 31.12.2009. a.

EESTI OPTIK
www.optika.ee