



Riggs, Art

Masaje de los tejidos profundos. Guía visual de las técnicas

El masaje de los tejidos profundos entraña el conocimiento de las capas sucesivas de los tejidos del cuerpo y la capacidad para trabajar con éstos haciendo que esas capas se relajen y liberando, así, de la forma más eficaz y eficiente posible, los patrones restrictivos.

Con el trabajo de los tejidos profundos se puede conseguir la mitigación del dolor, la adopción de mejores posturas, el aumento de la flexibilidad y la fluidez de movimiento.

En este libro se introducen las técnicas específicas para trabajar con las estructuras anatómicas que conforman los tejidos profundos e indicaciones para el uso correcto de las herramientas –dedos, nudillos, puño, antebrazo y codo– junto con la buena ejecución de los movimientos. También se desarrollan las estrategias específicas para el tratamiento de las distintas partes del cuerpo.



Editorial	Paidotribo
Colección	Masaje
Encuadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	260
Tamaño	210x275x mm.
Peso	890
Idioma	Español
Tema	Medicina y salud
EAN	9788499100456
PVP	31,50 €
PVP sin IVA	30,29 €

