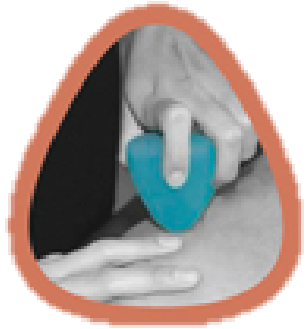


3TOOL[®]

LÉČÍ BOLESTI SVALŮ, TRIGGER POINTŮ, FASCIÍ



3TOOL

- ▲ **Intuitivní a snadno použitelný nástroj.**
- ▲ **Vhodný pro profesionály i autoterapii.**
- ▲ **Výsledek tříleté výzkumné práce fyzioterapeutů ve spolupráci s inženýry.**



Profesionální použití

3TOOL je koncipován jako jednoduchý a uživatelsky přívětivý nástroj k léčbě trigger pointů, k uvolnění obdatlů, fascií a svalů.



SVALOVÉ TRIGGER POINTY

Zóna 1 je nejvýznačnější. Má špičatý tvar a je určena na trigger pointy. Přiloží se na ošetřovanou oblast a provádí se jemná komprese. 3TOOL má ergonomický tvar, optimální přilnavost a umožňuje vyvíjení tlaku bez únavy a bolesti rukou.



MASÁŽ SVALŮ

Zóna 2 má širší, zaoblenou plochu a je určena k masáži svalů a uvolnění fascií. Lze ji použít s masážními krémy nebo oleji pro lepší kluzkost.



VYLEPŠENÍ OBRATLOVÉ FLEXIBILITY

Zóna 3 je určena zejména pro páteř. Je opatřena malým výklenkem, umožňuje uvolnění paravertebrálních svalů a mobilizaci obratlů.



Domácí samoléčba



SVALOVÉ TRIGGER POINTY

Zóna 1 se přiloží na bolestivé místo a ošetřuje jemnou kompresí.

Nebo umožňuje masáž hmotností těla opřením bolestivým místem na zónu 1.

MASÁŽ SVALŮ

Zaoblená zóna 2 se použije k přímé masáži svalů a fascií. Lze kombinovat s krémy, či oleji.

RELAXACE PARAVERTEBRÁLNÍCH SVALŮ

Zóna 3 je navržena pro vyhnutí se přímému tlaku na obratle a optimální působení na paravertebrální svaly. Oblast oproti zóně 3 byla navržena tak, aby byla zajištěna stabilita při aplikaci tlaku.

Děkuji za pozornost!

<http://www.freebody.cz/3tool>