

# tuuli



## Instructions

[www.tuuli-shop.com](http://www.tuuli-shop.com)

# Madérothérapie

Madérothérapie ou Thérapie par le bois est une technique de massage holistique qui utilise des mouvements vigoureux et souvent répétés avec des outils en bois spécialement conçus (rouleaux de massage, racleurs de contouring et ventouses). Chaque outil en bois a une utilisation spécifique pour une zone particulière du corps. La « Maderoterapia » a de nombreuses utilisations holistiques, car elle équilibre l'énergie et réduit le stress. Ces dernières années, cette thérapie a été utilisée pour ses bienfaits esthétiques, car elle peut être utilisée pour raffermir et contourner le corps, réduire les rides, éliminer les graisses localisées et combattre la cellulite. Différents outils de massage en bois sont utilisés pour aider à rompre les graisses et la cellulite. Les instruments en bois sont utilisés pour exercer une pression directe sur les « zones à problèmes » tout en éliminant naturellement les excès de graisse corporelle.

La thérapie du bois peut être utilisée sur le corps entier à des fins de drainage lymphatique ainsi que pour contourner des zones particulières du corps. Selon la zone du corps et la raison pour laquelle vous effectuez une thérapie par le bois, cela déterminera la technique et l'outil que vous utiliserez. Bien que la majorité des massages de drainage lymphatique aient lieu sur l'abdomen, tout le corps, du visage, des bras, du dos, des cuisses aux jambes, peut bénéficier du drainage lymphatique ainsi que des effets de contour et d'amincissement du corps.



# Outils de Massage

**Les rouleaux de massage** sont utilisés dans un mouvement de haut en bas (similaire à un rouleau à pâtisserie) sur l'abdomen et sur d'autres zones où il pourrait y avoir de la graisse localisée et tenace à éliminer. Cet outil aide également à rompre les poches de graisse de cellulite (bosses). Il améliore la circulation sanguine, forme le muscle et lisse la peau. Il devrait être utilisé pendant 5 minutes avec de l'huile de massage.



**Le rouleau en forme de T** stimule la circulation et le drainage des glandes lymphatiques et aidera à éliminer les tissus adipeux accumulés. Cet outil aidera à se débarrasser des poches de graisse dans les zones difficiles d'accès et à améliorer l'aspect de la cellulite tout en raffermissant la peau. Utilisez de l'huile de massage sur la partie du corps qui est traitée et déplacez l'outil vers le haut et vers le bas verticalement sur la zone de traitement.



**Le Masseur pour le dos** a de nombreuses utilisations. Il peut être utilisé comme masseur pour soulager la douleur et la tension dans le dos. Il peut également être utilisé pour contourner la graisse de soutien-gorge et la taille. Pour soulager la douleur dorsale, vous utiliserez cet outil simultanément dans un mouvement vertical sur le dos. Pour contourner et se débarrasser des graisses de soutien-gorge et des amas graisseux tenaces, vous placerez la ceinture derrière le client horizontalement et vous bougerez d'un mouvement de gauche à droite et de droite à gauche. Utilisez de l'huile de massage lors de ce traitement pour obtenir les meilleurs résultats.



**La palette (spatule) de contouring** est utilisée pour contourner le corps tout en aidant à éliminer les excès de graisse par le système lymphatique. Elle évacue l'eau et facilite la reconstruction des toxines et des graisses mobilisées. Elle raffermi et tonifie la peau. Une huile telle que le jojoba ou toute huile qui aide à raffermir la peau doit être utilisée lors de l'utilisation de cette palette. Cette palette devrait être utilisée après avoir réveillé le corps avec un léger massage avec les mains. Elle doit également être utilisée après la ventouse pour aider à l'évacuation des toxines et des graisses.





**Les coupes** sont utilisées pour aspirer la graisse des zones du corps où la graisse a déjà été brisée en transférant la graisse aux glandes lymphatiques. Les coupes à succion fonctionnent en réduisant les tissus adipeux locaux et en extrayant les toxines tout en stimulant une circulation sanguine saine. La coupe à succion doit être utilisée après que tous les rouleaux ont été utilisés. Rappelez-vous que les outils de rouleau sont utilisés pour rompre les toxines. Par conséquent, les coupes à succion doivent être utilisées pour guider la graisse et les toxines vers les glandes lymphatiques. Utilisez une huile de massage légère lors de l'utilisation de la coupe à succion pour évacuer les résidus. Utilisez ceci pendant 5 minutes en plaçant la ventouse sur la zone de traitement et en la soulevant rapidement et en la replaçant sur les zones environnantes et en répétant



**Le rouleau facial** est utilisé pour stimuler la circulation et tonifier la peau du visage. Utilisez cet outil sur le front, les joues et le cou dans un mouvement de haut en bas. Vous pouvez l'utiliser avec une crème raffermissante pour le visage pendant 5 minutes de chaque côté du visage.

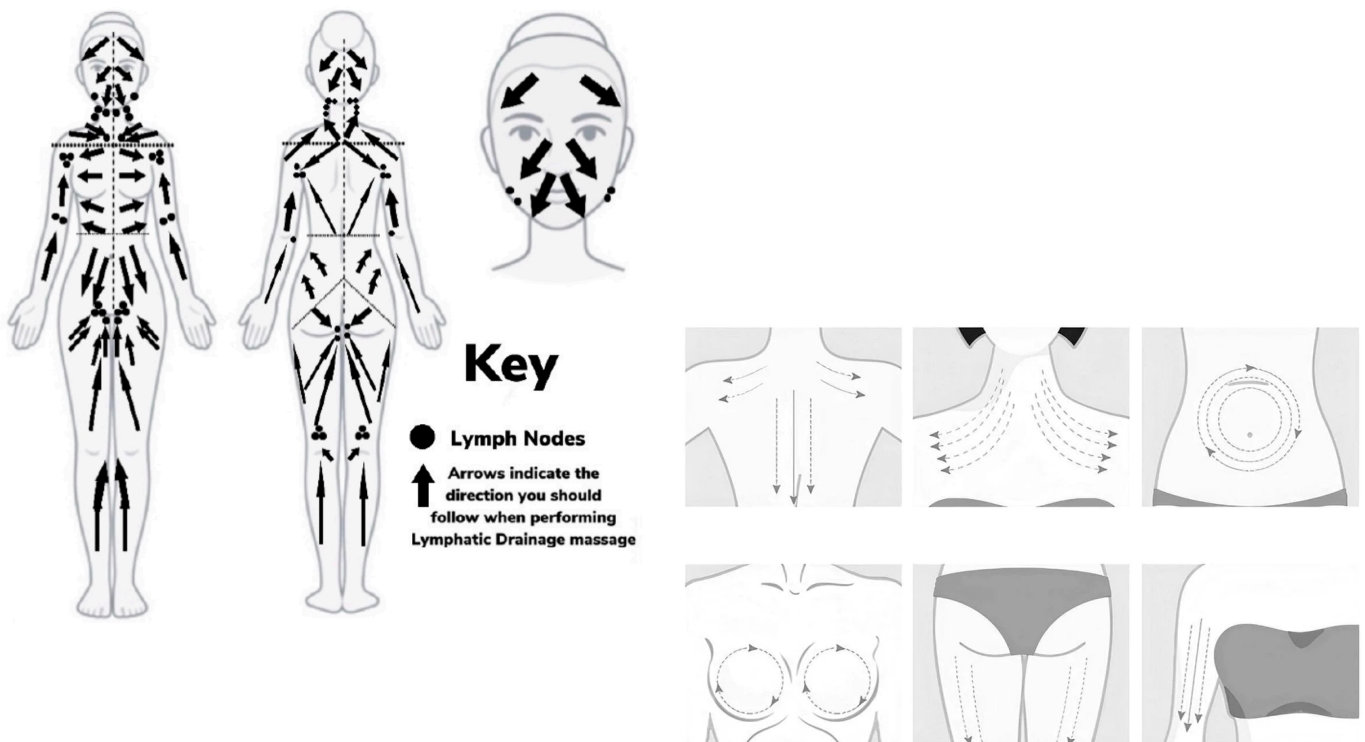
**La mini palette de contouring** est utilisée pour le contouring et pour aider à réduire l'apparence des rides sur le visage. La palette de contouring doit être utilisée après tous les rouleaux.



# Technique

**La première étape** consiste à utiliser de l'huile de massage pour s'assurer que votre peau est bien lubrifiée. Vous pouvez utiliser une huile qui a des propriétés de tonification de la peau. La prochaine étape consiste à chauffer le corps et à le préparer pour le traitement de thérapie par le bois en massant la zone de traitement. Vous pouvez rouler la peau vers l'intérieur et vers l'extérieur avec vos doigts et la paume de vos mains. Une fois que vous avez massé la zone de traitement avec vos mains, vous devrez sélectionner le rouleau de massage en bois approprié pour commencer le processus de thérapie par le bois. Indépendamment de si vous effectuez une thérapie par le bois pour le drainage lymphatique ou le remodelage corporel, vous devrez comprendre dans quelle direction les toxines et les graisses doivent aller pour quitter le corps.

Les points noirs représentent les glandes lymphatiques où les toxines et les graisses sont filtrées à travers le corps. Les flèches représentent la direction dans laquelle vous devez pousser les toxines et les graisses lorsque vous effectuez une thérapie par le bois et un drainage lymphatique. Vous voulez utiliser la ventouse et la palette de contour lors de cette action. Ces deux outils de thérapie par le bois aideront à drainer.



Après avoir utilisé les rouleaux en bois, vous devrez utiliser la ventouse. La ventouse agit comme un aspirateur dans le sens où vous l'utiliserez manuellement pour diriger les toxines et les graisses vers la zone des glandes lymphatiques et loin de la zone traitée. La palette de contouring est utilisée pour évacuer les toxines et les graisses. Cet outil est conçu pour être utilisé en harmonie avec les courbes du corps. Selon la zone du corps sur laquelle vous vous concentrez, vous utiliserez la palette pour faire circuler le drainage dans la direction des flèches indiquées sur le schéma. Lorsque vous effectuez une thérapie par le bois sur le visage, vous suivrez le même format que pour le corps. Commencez d'abord par un massage du visage. Massez fermement le visage dans la direction indiquée sur le schéma. Après avoir massé le visage, appliquez de l'huile sur la peau. Une fois que vous avez appliqué l'huile sur le visage, utilisez le rouleau de votre choix. Déplacez fermement, mais doucement le rouleau de votre choix vers le haut et vers le bas et d'un côté à l'autre. Assurez-vous de déplacer les outils dans la direction des glandes lymphatiques. Vous voulez utiliser la même technique pour le visage et pour le cou.

Massez le cou dans la direction des flèches du schéma. Vous voulez utiliser la même technique pour le visage et le cou. Massez le cou dans le sens des flèches indiquées sur le diagramme. Choisissez l'outil facial que vous souhaitez utiliser pour commencer à tonifier le cou. Le rouleau facial est parfait pour réduire les rides et raffermir la peau. La prochaine étape sera d'utiliser la mini palette de contouring. La palette est utilisée pour aider à drainer les résidus vers les glandes lymphatiques.



Pour visualiser la présentation vidéo, consultez notre chaîne YouTube:  
<https://www.youtube.com/@tuulishop/videos>



tuuli

[www.tuuli-shop.com](http://www.tuuli-shop.com)

# Nettoyage

Un masseur en bois ne doit pas être nettoyé à l'eau. Nettoyez-le avec un spray désinfectant à base d'eau, essuyez-le avec un chiffon propre et laissez-le sécher. Les éléments en bois sont naturellement séchés et huilés avec de l'huile naturelle. Par rapport au plastique, le bois est un matériau naturel qui vit et réagit activement aux impacts de l'environnement extérieur.

N'exposez pas les éléments en bois à l'humidité ou à des changements de température rapides. Dans de tels cas, de légères déformations peuvent survenir sur la surface du bois, ou l'élément en bois peut même se fissurer. Le bois peut présenter plusieurs teintes, allant d'une teinte foncée à une teinte claire.

