



### Balles de sel Himalayen Massage réminéralisant

Le massage aux balles de sel Himalayen est un soin qui s'inscrit dans le volet « massages réconfortants ».

Le sel Himalayen contient 84 minéraux et nutriments contenus naturellement dans le corps. Par osmose durant le massage, ces nutriments pénètrent le corps et activent son mécanisme de guérison naturel afin qu'il puisse retrouver son équilibre. De plus, ces minéraux sont alcalinisants et bienfaisants pour les articulations.

Cet outil de massage prend quelques minutes à chauffer à la température et procure une chaleur bienfaisante qui pénètre profondément dans les muscles endoloris. La chaleur combinée aux minéraux favorise l'élimination des toxines qui peuvent nuire à la circulation sanguine.

Afin de réduire l'inflammation, la balle de sel peut être refroidie rapidement au réfrigérateur ou au congélateur (pour des douleurs inflammatoires ou pour un soin sportif nécessitant du froid).

#### Bénéfices du soin

- Reminéralise les attaches musculaires et les articulations
- Réduit les tensions musculaires
- Soulage les muscles fatigués
- Réduit la douleur et l'inflammation
- Réduit le stress
- Exfolie et hydrate la peau
- Agis à titre d'alcalinisant naturel
- Détoxifie
- Fais vivre une expérience unique

#### Contre-indications et précautions

- Phlébite
- Plaies ouvertes
- Directement sur le trajet d'une varice saillante

#### Matériel requis pour le soin

- De 2 à 4 balles de sel Himalayen
  - 2 balles de sel pour une chaleur constante d'une durée de plus ou moins 20 minutes, le reste du massage se fait à la température emmagasiner par le corps.
  - 4 balles de sel pour un soin encore plus réconfortant (chaleur pendant tout le soin). 2 balles en main pour commencer le massage et 2 autres en attente dans votre chauffe-serviettes afin de faire l'alternance dès que vous le jugez nécessaire.
- Un chauffe-serviette ou un micro-onde
- Huile à massage Précieuse

#### Préparation

Mettre les balles de sel dans un chauffe-serviettes 15 à 20 minutes avant le soin OU au four à micro-ondes (chauffer pendant environ 1 min 30 sec selon la force de l'appareil)

#### Pendant le massage

Toujours vérifier la température des balles de sel avant l'application. Plus le massage est lent, plus la chaleur pénètre profondément dans la musculature.

#### Mise en garde

- Ne pas utiliser de lotion ni de crème à massage, car l'eau contenue dans ces produits peut rendre la balle de sel rugueuse.
- Ne pas utiliser de source de chaleur humide afin de conserver une balle de massage lisse pour le soin.

#### Entretien des balles de sel

Après chaque massage, nettoyer à l'huile essentielle de Melaleuca ou avec un nettoyant désinfectant à base d'alcool. Laisser à l'air libre afin de le faire sécher complètement.

#### Soins complémentaire

Compléter le soin par un bain de sel thérapeutique à la boue et au pin MyoSel (en clinique ou à la maison). Excellent soin minéral avancé !

#### Une autre façon d'utiliser les balles de sel

Les balles de sel apportent une plus-value aux clients puisqu'après le massage, elles peuvent servir aux clients à la maison pour traiter les tensions musculaires à la façon des balles de tennis ou simplement mises dans l'eau du bain à la maison. Pour le bain, la balle de sel est réutilisable jusqu'à dissolution complète. Le nombre de bain varie selon la température du bain, la durée du bain et le type de bain (statique ou thérapeutique).

**Pour toute information supplémentaire, contacter :**

Clinique  Lafontaine

Tél.: 1.800.329.1304

Courriel : info@cliniquelafontaine.com