

# body roll

chodidla



lýtka



zadní strana  
stehen



vnitřní strana  
stehen



vnější strana  
stehen



hýždě



záda



břicho



boky



**Masáž se provádí vždy směrem k srdci**

**Doba a intenzita aplikace je individuální**

**Doporučuje se 30-40 minut na celé tělo 3 x týdně.**