



**Rolletic Original**

Jste připraveni zbavit se celulitidy a zformovat lépe svoji postavu? Důležité: Dbejte na správný směr otáčení bubnu.



**Chodidla**

Masáž chodidel ovlivňuje příznivě všechny orgány těla. Masáž provádíme max. 4 min.



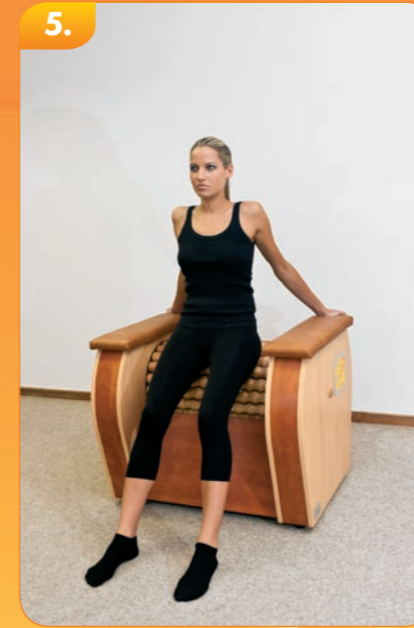
**Lýtka**

Odstraňuje napětí a únavu svalů, tvaruje lýtko.



**Stehna**  
zadní strana

Odbourává tukové polštáře a celulitidu. Zpevněním stehenních svalů formujeme postavu.



**Hýždě**  
zadní strana

Odstraňuje celulitidu, zpevňuje hýždě svalstvo, dochází ke zvedání zadečku.



**Hýždě**  
boční strana

Odstraňuje celulitidu, zpevňuje hýždě svalstvo, dochází ke zvedání zadečku, provádíme oboustranně, zrcadlově.



**Stehna**  
vnější strana

Odbourává tukové polštáře a celulitidu. Zpevněním stehenních svalů formujeme postavu, provádíme oboustranně, zrcadlově.



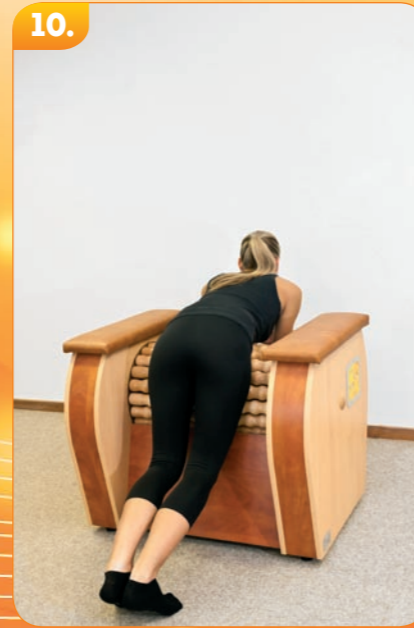
**Stehna**  
vnitřní strana

Důležitá masáž pro zpevnění skupin svalů vnitřní strany stehna. Pozor! Masírovat vždy jen nohu na té straně rotoru, kde se otáčí nahoru. Provádíme oboustranně, zrcadlově.



**Stehna**  
přední strana

Formuje přední stranu stehen, možno spojit s formováním břicha.



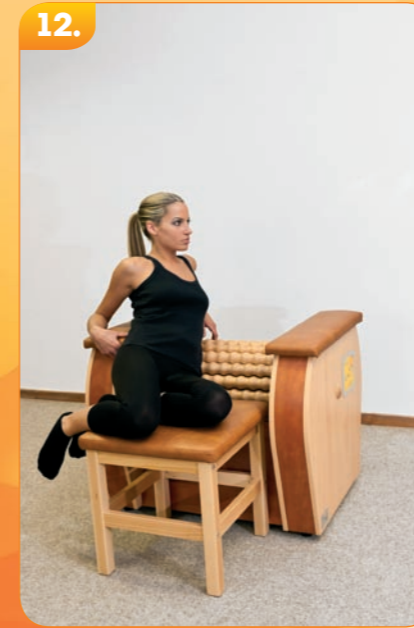
**Přední strana steh  
+ břicho**

Formujeme přední stranu stehen společně s břichem. Pozor, nemasírovat žaludek!



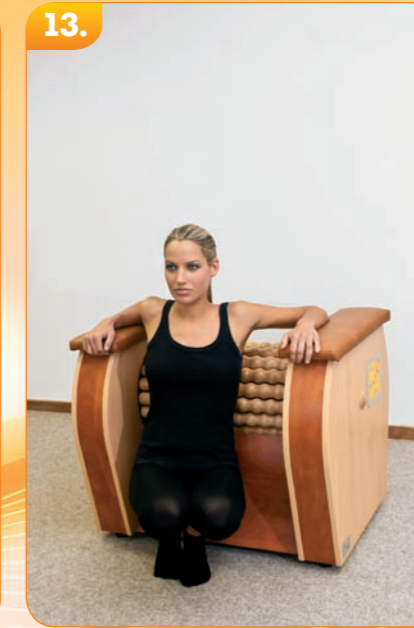
**Břicho**

Zpevňující masáž břišních svalů uvolněných po porodu i po dietách. V důsledku zpevnění dochází mnohdy i ke zlepšení různých gynekologických obtíží. Pozor, nemasírovat žaludek!



**Boky**

Odstraňuje tukové polštáře. Velmi rychle působí na tvarování postavy – pasu. Provádíme oboustranně, zrcadlově.



**Záda**

Odstraňuje bolest a únavu zádových svalů. Velmi příjemná a uvolňující masáž. Možnost natáčení na obě boční strany.



**Ruce**

Zpevňuje ochablé svalstvo na ruku. Provádíme oboustranně, zrcadlově.