

# Programmes du matelas de massage HHP

## Programmes

Programme P01	Echauffement	Pour s'échauffer; pour détendre les muscles.
Programme P02	Massage en profondeur des muscles	Soulagement des douleurs musculaires et des tensions; revigorant; stimulation du bien-être physique; stimulation du métabolisme.
Programme P03	Stimulation du système lymphatique	Stimulation de la lymphe; élimination des produits finaux du métabolisme; stimulation de l'élimination des toxines et des résidus; soutien du reflux veineux.
Programme P04	Crampes	Soulagement des crampes dans les muscles; stimulation de l'irrigation sanguine.
Programme P05	Détente en profondeur	Détente en profondeur; élimination du stress et regain d'énergie; activation des forces de guérison propres au corps; aide à remédier aux troubles du sommeil.
Programme P06	Stimulation des zones de réflexologie	Réduction des douleurs; contre les troubles de l'irrigation sanguine du bas de la jambe et des pieds; stimulation la circulation sanguine; renforcement du système immunitaire.

## Programmes médicaux

Programme P07	Contractures	Douleurs dorsales et tensions des muscles du dos; dissipation des myogéloloses.
Programme P08	Douleurs dorsales aiguës	Douleurs lombaires aiguës; sciatiques; utilisation en cas de lumbago; crampes dans les mollets.
Programme P09	Migraines et maux de tête	Céphalées de tension; migraines et tensions des muscles du cou; contre les douleurs des épaules.
Programme P10	Problèmes articulaires	Douleurs articulaires; arthrose et rhumatismes; ostéoporose.
Programme P11	Raffermissment des tissus	Stimulation du système lymphatique; soutien de l'élimination des toxines, des résidus et drainage des tissus; raffermissement le tissu conjonctif; aide à lutter contre la cellulite.
Programme P12	Troubles du métabolisme	Stimule le métabolisme. ex. en cas de problèmes de poids; contre les troubles de la digestion; pour le traitement des jambes gonflées.
Programme P13	Récupération après le sport	Récupération plus rapide après le sport et les activités physiques; réduction des courbatures; aide à l'élimination des métabolites.
Programme P14	Problèmes de digestion <b>(Programme à effectuer sur le ventre)</b>	Stimulation de l'activité intestinale; en cas de problèmes de digestion, améliore l'irrigation sanguine des organes internes; stimulation des abdominaux.
Programme P15	Détente	Élimination du stress et détente; en cas de problème d'insomnies et de sommeil interrompu.
Programme P16	Programme sportif	Préparation et récupération pour les sportifs; active les muscles; soulagement des douleurs musculaires et tensions; réduction des courbatures; récupération plus rapide.