ROCKPODS™

From the makers of ROCKTAPE® Go stronger, longer

КРАТКОЕ РУКОВОДСТВО

ЧТО ТАКОЕ ROCKPODS?

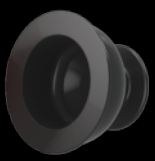
RockPods – это отличное дополнение к мануальной терапии, которое поможет в борьбе с болью. Эти силиконовые банки представляют собой простую, атравматичную альтернативу традиционной миофасциальной вакуумной терапии. Действие RockPods базируется на концепции декомпрессии, которая обеспечивает расслабление и освобождение тканей. Благодаря этому увеличивается приток крови и лимфы к коже и мышцам, запускается естественный восстановительный процесс, который помогает справиться с хронической болью, напряжением и способствует успокоению нервной системы.

КРАТКОЕ РУКОВОДСТВО

1. Подготовка: Обезжирьте кожу, удалив с нее остатки косметических средств, следы пота и себума. Подсушите. Удалите лишние волосы, если это необходимо.

2. Определите область воздействия и выберите подходящий размер банки.

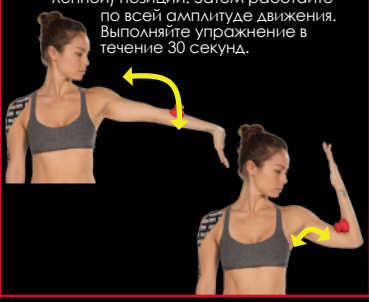
Маленькие красные банки лучше всего подходят для небольших зон – рук, ног и т. д.



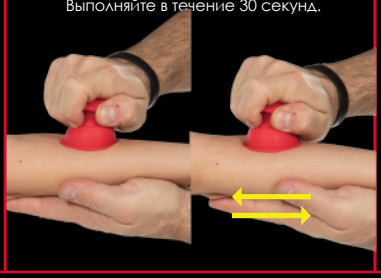
Черные банки большего размера подходят для больших групп мышц, спины, мышц задней поверхности бедра.

3. Приложите банку, надавите на нее и отпустите, чтобы создать вакуум.

4. Внутреннее скольжение (выполняется самостоятельно). Начните с растянутой (выпрямленной) позиции. Затем работайте по всей амплитуде движения. Выполняйте упражнение в течение 30 секунд.



5. Внешнее скольжение (выполняется терапевтом).Прикрепите банку, возьмитесь за ручку и перемещайте ее в разных направлениях, чтобы создать смещение тканей. Выполняйте в течение 30 секунд.



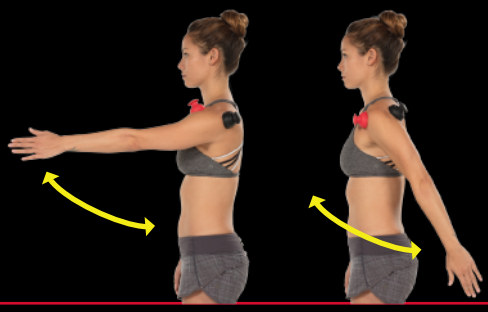
6. Банка плохо присасывается? Нанесите небольшое количество мази RockRub на область воздействия.

Приобрести RockRub можно на нашем сайте www.rocktape.ru

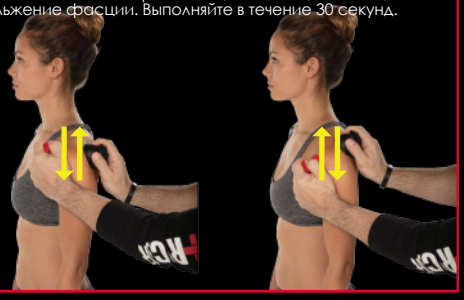
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ. ВОЗМОЖНО ПОЯВЛЕНИЕ НЕБОЛЬШОГО ДИСКОМФОРТА И СИНЯКОВ. ЕСЛИ ВО ВРЕМЯ БАНОЧНОЙ ТЕРАПИИ ВЫ ОЩУТИЛИ СИЛЬНУЮ БОЛЬ, НЕМЕДЛЕННО ОСТАНОВИТЕ ПРОЦЕДУРУ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СВОИМ ВРАЧОМ. ТОЛЬКО ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ. ROCKPODS НЕ СЛЕДУЕТ ПРИМЕНЯТЬ РЯДОМ С ОТКРЫТЫМИ РАНАМИ, ВБЛИЗИ РАКОВЫХ ОПУХОЛЕЙ/ИНФЕКЦИЙ, В ОБЛАСТИ ЖИВОТА БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН. НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ БАНКИ ДЛЯ ТЕРАПИИ ДЕТЕЙ, КОТОРЫЕ В СИЛУ ВОЗРАСТА НЕ МОГУТ ДАТЬ ОБРАТНУЮ СВЯЗЬ, А ТАКЖЕ ДЛЯ РАБОТЫ С ЛЮДЬМИ, СТРАДАЮЩИМИ БОЛЕЗНЯМИ КРОВИ.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПОДСКАЗКИ: ПЛЕЧО

1. После размещения банок в целевой области необходимо проработать плечевой сустав по возможной амплитуде движения. Выполнять в течение 30 секунд.



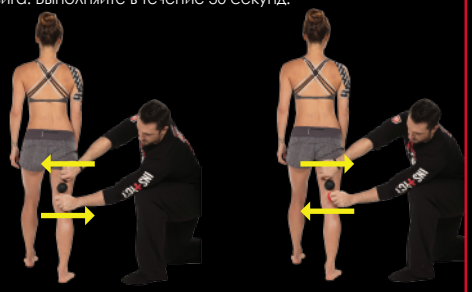
2. Две баночки можно разместить по обе стороны конечности или параллельно друг другу в одной проекции. Возьмитесь за ручки и перемещайте баночки в противоположных направлениях, чтобы создать мощное скольжение фасции. Выполняйте в течение 30 секунд.



ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПОДСКАЗКИ: МЫШЦЫ ЗАДНЕЙ ПОВЕРХНОСТИ БЕДРА

1. Разместите банки на задней поверхности бедра, вытяните ногу и дотянитесь до пальцев, отрывая стопу от пола. Выполняйте в течение 30 секунд.

2. RockPods можно разместить вдоль мышц (тканей). После, взявшись за ручки банок, потяните их в противоположных направлениях для создания мощного фасциального сдвига. Выполняйте в течение 30 секунд.



ИЩИТЕ КУРСЫ ПО БАНОЧНОЙ ТЕРАПИИ?

FMT ROCKPODS
ОБУЧЕНИЕ БАНОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Вы изучите концепцию декомпрессии мягких тканей и фасций при помощи специальных терапевтических банок. Эта методика используется для улучшения скольжения тканей, увеличения подвижности, для устранения болевых ощущений, ускорения заживления, для нормализации кровотока, нейромобилизации и нейросенсорной стимуляции.

Мы рассмотрим эффекты, которые оказывает баночная миофасицальная терапия на скольжение, растяжение и декомпрессию тканей, с точки зрения анатомии, физиологии и неврологии. В рамках курса изучим различные техники использования метода, о которых упоминается в научной литературе, и расскажем об их интеграции в современные реабилитационные программы.

БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ НА НАШЕМ САЙТЕ:
HTTP://ROCKTAPE.RU/MEDICAL/EDUCATION/

ГАРАНТИЯ

- Гарантия 3 месяца с даты покупки на любые производственные дефекты при условии корректной эксплуатации.
- Гарантия на RockPods недействительна, если банки используются в сочетании с продуктами, не одобренными компанией RockTape.
- Данная гарантия не распространяется на повреждения, возникшие в результате неосторожного обращения или нестандартного использования.
- Гарантия действительна при подтверждении факта покупки.