



Οι

**ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ**



# ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ

## System Professional

Στο System Professional πιστεύουμε ότι τα μαλλιά κάθε πελάτισσας είναι ένα χαρακτηριστικό τόσο ιδιαίτερο όσο και το δακτυλικό της αποτύπωμα. Για το λόγο αυτό, κάθε αποκλειστική μας θεραπεία ξεκινά με μία προσωποποιημένη Ανάλυση LipidCode™ που πραγματοποιείται από έναν εξειδικευμένο κομμωτή System Professional.

Η διάγνωση αυτή αποτελεί τη βάση για να προτείνετε μία θεραπεία που ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες των μαλλιών και του τριχωτού κάθε πελάτισσας. Για να εξασφαλίσετε ότι η θεραπεία θα είναι όντως προσωποποιημένη και θα έχει αποτέλεσμα, έχετε τη δυνατότητα να επιλέξετε και να συνδυάσετε προϊόντα από την ολοκληρωμένη γκάμα προϊόντων περιποίησης του System Professional ώστε να προτείνετε στην πελάτισσα μία άκρως προσωποποιημένη θεραπεία περιποίησης.

Σκοπός μας είναι να σας βοηθήσουμε να προσφέρετε στις πελάτισσές σας την απόλυτη εμπειρία αναζωογόνησης μέσα από τις πρωτοποριακές μεθόδους και τα κορυφαία προϊόντα μας που μπορούν να χαρίσουν υπέροχα, ονειρεμένα μαλλιά.



Οι 6  
εξειδικευμένες  
**ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΣΑΖ**  
που προσφέρουμε

Αποκλειστικές θεραπείες μασάζ  
που ανταποκρίνονται σε κάθε  
ανάγκη περιποίησης.



### ΜΑΣΑΖ SHAMPOO RELAX

Αυτό το μοναδικό μασάζ αποτελεί το πρώτο στάδιο στις περισσότερες θεραπείες και εφαρμόζεται με κάθε σαμπουάν. Είναι ειδικά σχεδιασμένο ώστε να προσφέρει χαλάρωση στην πελάτισσα με τέσσερα διαφορετικά λειτουργικά στάδια, ενώ παράλληλα καθαρίζει σε βάθος τα μαλλιά.



### ΜΑΣΑΖ ESSENTIAL

Αποτελεσματικό και ταυτόχρονα χαλαρωτικό μασάζ, ειδικά σχεδιασμένο για τη θεραπεία Essential. Εφαρμόζεται πάντα στον λουτήρα και εξασφαλίζει την ομοιόμορφη εφαρμογή του προϊόντος στα μαλλιά, ενώ παράλληλα ξεμπερδεύει τα μαλλιά.



### ΜΑΣΑΖ ENERGY

Το μασάζ Energy, σχεδιασμένο να καταπραΰνει και ταυτόχρονα να αναζωογονεί το τριχωτό της κεφαλής, αποτελεί τον πυρήνα της θεραπείας Energy. Ενεργοποιεί τον θύλακα της τρίχας, χαλαρώνει και αποτοξινώνει το τριχωτό της κεφαλής, αυξάνοντας παράλληλα την κυκλοφορία του αίματος.



### ΜΑΣΑΖ INTENSE

Πλούσιο μασάζ που περιποιείται τα μαλλιά και το τριχωτό της κεφαλής προσφέροντας πολλαπλά οφέλη. Εφαρμόζεται σε όλες τις εντατικές θεραπείες και εξασφαλίζει τη βαθιά διείσδυση των προϊόντων στην τρίχα και στην επιδερμίδα για καλύτερα αποτελέσματα.



### ΜΑΣΑΖ DETOX

Σχεδιασμένο από ειδικούς του ιατρικού κλάδου, αυτό το μοναδικό μασάζ στα χέρια συμβάλλει στην αποτοξίνωση ενεργοποιώντας τη λεμφική ροή και τους ενεργειακούς μεσημβρινούς



### ΜΑΣΑΖ ΑΜΟΑ

Το πιο διεξοδικό και ολοκληρωμένο μασάζ, για πραγματικά αποτελεσματική και απολαυστική περιποίηση. Το μασάζ αυτό εφαρμόζεται αποκλειστικά στη θεραπεία Regenerate. Δρα αποδεδειγμένα επανορθώνοντας και ανανεώνοντας την τρίχα ενώ ταυτόχρονα βελτιώνει τη γενικότερη ευεξία της πελάτισσας.

MASSAGE

# Shampoo **RELAX**

Χρησιμοποιείται σε όλες τις θεραπείες

---

## ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΙΣΘΗΣΗ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ

---

Το μασάζ Shampoo Relax καθαρίζει σε βάθος τα μαλλιά και το τριχωτό της κεφαλής, ενώ παράλληλα προσφέρει μια ευχάριστη εμπειρία περιποίησης. Είναι ειδικά σχεδιασμένο να αυξάνει τη ροή του αίματος και του λεμφικού υγρού στο τριχωτό της κεφαλής, καθώς και να χαρίζει ηρεμία και χαλάρωση στην πελάτισσα για μια μοναδική εμπειρία περιποίησης.

Ο χρόνος λουσίματος μπορεί να προσαρμόζεται ανάλογα με τις ανάγκες. Κάθε στάδιο μπορεί να εφαρμόζεται μία φορά ή να επαναλαμβάνεται αρκετές φορές.



### **Στάδιο ανακούφισης από την ένταση**

Τοποθετήστε τις άκρες των δακτύλων των χεριών σας στο μπροστινό μέρος του κεφαλιού. Με κυκλικές κινήσεις, προχωρήστε από το μπροστινό μέρος προς την κορυφή του κεφαλιού και από το περίγραμμα του προσώπου προς το πίσω μέρος του κεφαλιού.

Οι κυκλικές κινήσεις πρέπει να γίνονται με φορά προς τα έξω. Ανασπώστε το κεφάλι και κάντε μασάζ στον αυχένα με τον ίδιο τρόπο.

### **Όφελος**

Οι κινήσεις χαλαρώνουν την ένταση και απελευθερώνουν την ενέργεια από την κορυφή του κεφαλιού για απόλυτη χαλάρωση.



### **Στάδιο χαλάρωσης**

Τοποθετήστε και τα δύο χέρια με ανοιχτά τα δάχτυλα στο μπροστινό μέρος του κεφαλιού και κάντε μασάζ σε όλο το κεφάλι με μεγάλες κινήσεις ζιγκ-ζαγκ. Η πίεση πρέπει να ασκείται προς το περίγραμμα του προσώπου και όχι με κατεύθυνση προς την κορυφή του κεφαλιού.

### **Όφελος**

Διώνουμε εντελώς την ένταση που απελευθερώθηκε στο πρώτο στάδιο.



### **Στάδιο εξισορρόπησης**

Τοποθετήστε τους αντίχειρες στο κέντρο της περιοχής του μετώπου. Ασκώντας ελαφριά πίεση, προχωρήστε προς τα κάτω, στο αριστερό και δεξί τμήμα του προσώπου.

Συνεχίστε με αυτή την τεχνική και προς τα πίσω, προς την κορυφή του κεφαλιού.

### **Όφελος**

Σε αυτό στάδιο επιτυγχάνεται βαθιά χαλάρωση των μυών γύρω στο κεφάλι και το πρόσωπο ώστε να γίνεται σωστή κυκλοφορία του οξυγόνου και να εξισορροπούνται οι ενεργειακοί μεσημβρινοί.



### **Στάδιο ηρεμίας**

Τοποθετήστε τα χέρια στο μέτωπο, πάνω από τα φρύδια, και κάντε μασάζ με μεγάλες κινήσεις κατά μήκος του περιγράμματος του προσώπου και της κορυφής του κεφαλιού προς το πίσω μέρος του κεφαλιού, περνώντας και το περίγραμμα του προσώπου μπροστά από την περιοχή των αυτιών.

Ανασπώστε το κεφάλι και κάντε μασάζ στον αυχένα με απαλές κινήσεις.

### **Όφελος**

Η στοχευμένες κινήσεις συμβάλλουν στην μετάδοση της φυσικής ενέργειας του σώματος από το κεφάλι προς τα πόδια. Αυτό χαρίζει αίσθηση απόλυτης ηρεμίας.

MASSAGE

# ESSENTIAL

Χρησιμοποιείται στη θεραπεία Essential

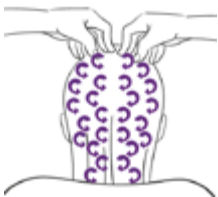
---

## ΑΠΟΛΥΤΗ ΧΑΛΑΡΩΣΗ ΜΕ ΒΕΛΤΙΣΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

---

Αυτή η τεχνική συμβάλλει στην ομοιόμορφη εφαρμογή του προϊόντος στα μαλλιά και στη διείσδυσή του στην τρίχα, κάνοντας τα μαλλιά ευκολοχτένιστα. Περιλαμβάνει δύο τεχνικές μάλαξης που χαρίζουν άμεση αίσθηση χαλάρωσης.

Εφαρμόζεται στον λουτήρα μετά το λούσιμο για μέγιστη απορρόφηση των συστατικών.



### **Περιστροφικό μασάζ**

---

Κάντε μασάζ σε όλη την επιφάνεια του τριχωτού της κεφαλής με κυκλικές κινήσεις, ξεκινώντας από το μπροστινό μέρος, προχωρώντας στις πλευρές και την κορυφή του κεφαλιού και φτάνοντας έως τον αυχένα, ανασπκώνοντας το κεφάλι και κάνοντας μασάζ και στη βάση του αυχένα.

### **Όφελος**

---

Αυτή η τεχνική συμβάλλει στην ομοιόμορφη εφαρμογή του προϊόντος στα μαλλιά και στην εξισορρόπηση της επιδερμίδας του τριχωτού. Η απαλές περιστροφικές κινήσεις συμβάλλουν στην εξισορρόπηση των νεύρων, του τριχωτού της κεφαλής και των ενεργειακών μεσημβρινών. Επίσης, ανακουφίζει από πονοκεφάλους και καταπολεμά την κόπωση στην περιοχή των ματιών.



### **Κινήσεις με άσκηση πίεσης**

---

Τοποθετήστε τέσσερα δάχτυλα στο περίγραμμα του προσώπου και κάντε μασάζ με την τεχνική της πιεσοθεραπείας. Προχωρήστε από το μέτωπο προς την κορυφή του κεφαλιού και καταλήξτε στον αυχένα, ασκώντας ομοιόμορφη πίεση.

### **Όφελος**

---

Χαρίζει αίσθηση χαλάρωσης, ηρεμίας και συμβάλλει στην αποτοξίνωση. Η ένταση μεταφέρεται προς το υπόλοιπο σώμα και απελευθερώνεται.



### **Μασάζ μαλλιών για εύκολο χτένισμα**

---

Για να εξασφαλίσετε ομοιόμορφη εφαρμογή του προϊόντος στα μαλλιά, κάντε μασάζ στα μαλλιά χρησιμοποιώντας τον αντίχειρα και τον δείκτη και τον μέσο. Ξεκινήστε από τη ρίζα και προχωρήστε προς τις άκρες. Μετά το μασάζ, χτενίστε καλά τα μαλλιά.

### **Όφελος**

---

Ξεμπερδεύει τα μαλλιά και απαλύνει την υφή τους. Επίσης, προετοιμάζει την τρίχα για τον χρόνο δράσης του προϊόντος και βοηθά την τρίχα να απορροφήσει το προϊόν για μέγιστη αποτελεσματικότητα.

MASSAGE

# ENERGY

Χρησιμοποιείται στη θεραπεία Scalp Energy

---

ΧΑΛΑΡΩΣΗ ΚΑΙ ΤΟΝΩΣΗ ΤΟΥ  
ΤΡΙΧΩΤΟΥ ΤΗΣ ΚΕΦΑΛΗΣ

---

Το μασάζ Energy αποτελείται από 10 κινήσεις μάζαξης με συγκεκριμένες τεχνικές για την ενεργοποίηση των λειτουργιών του τριχωτού της κεφαλής.



### **Μασάζ 4 σημείων**

Τοποθετήστε το αριστερό ή το δεξί χέρι στο μπροστινό μέρος του κεφαλιού για στήριξη. Με τον δείκτη, τον μέσο και τον παράμεσο του ελεύθερου χεριού, πιέστε ελαφρώς στα 4 σημεία γύρω από την κορυφή του κεφαλιού.

### **Όφελος**

Χαρίζει αίσθηση χαλάρωσης σε όλο το σώμα, στα σημεία επαφής όλων των ενεργειακών μεσημβρινών. Συμβάλλει στην αύξηση της διείσδυσης των δραστικών συστατικών στο τριχωτό της κεφαλής.



### **Σημεία πίεσης στην κορυφή του κεφαλιού**

Τοποθετήστε το αριστερό χέρι πάνω από το αριστερό αυτί για να στηρίξετε το κεφάλι. Με τον μέσο και τον παράμεσο του δεξιού χεριού σας, κάντε μασάζ στα σημεία πίεσης πάνω από τη νοπή γραμμή στο μέσο του κεφαλιού. Στη συνέχεια, ακολουθήστε την ίδια διαδικασία προχωρώντας πάνω σε νοπτές ακτίνες στο πάνω αριστερό μέρος του κεφαλιού και έπειτα στο πάνω δεξί μέρος του κεφαλιού.

### **Όφελος**

Αυξάνει τη ροή του αίματος γύρω από το μέτωπο και τα ζυγωματικά και τονώνει τις περιοχές του προσώπου.



### **Σημεία πίεσης**

Τοποθετήστε την αριστερή παλάμη πάνω από το αριστερό αυτί για να στηρίξετε το κεφάλι. Ξεκινώντας από την κορυφή του κεφαλιού, κάντε μασάζ σε όλο το κεφάλι προχωρώντας πάνω σε νοπτές ακτίνες, με τον μέσο και τον παράμεσο του δεξιού χεριού. Κάντε μασάζ σε τρία σημεία πίεσης πάνω σε κάθε «ακτίνα».

### **Όφελος**

Τονώνει και απελευθερώνει ενέργεια, αποτοξινώνει και χαλαρώνει.



### **Πίεση με τη γροθιά**

Τοποθετήστε την αριστερή παλάμη πάνω από το αριστερό αυτί για να στηρίξετε το κεφάλι. Κλείστε το δεξί σας χέρι σε γροθιά και τοποθετήστε το πάνω στο κεφάλι με τέτοιο τρόπο ώστε η περιοχή μεταξύ των δύο κλειδώσεων των δαχτύλων να εφάπτεται στο κεφάλι. Ασκώντας ελαφριά πίεση, κάντε μασάζ σε όλη την πάνω δεξιά πλευρά του κεφαλιού. Αλλάξτε χέρια.

### **Όφελος**

Τονώνει και ενεργοποιεί το τριχωτό της κεφαλής. Ανακουφίζει από τον πόνο, σε περίπτωση που εφαρμοστεί με απαλό μασάζ.



MASSAGE

# INTENSE

Χρησιμοποιείται στις θεραπείες Intense και Detox

---

## ΑΦΥΠΝΙΣΗ ΤΩΝ ΑΙΣΘΗΣΕΩΝ, ΤΟΝΩΣΗ ΤΟΥ ΤΡΙΧΩΤΟΥ ΤΗΣ ΚΕΦΑΛΗΣ

---

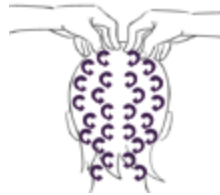
Το μασάζ Intense εξασφαλίζει τη βαθιά διείσδυση των προϊόντων που χρησιμοποιείτε στην τρίχα και στην επιδερμίδα. Προσφέρει μία εμπειρία χαλάρωσης και ταυτόχρονα εξασφαλίζει βέλτιστα αποτελέσματα.

Αυτή η τεχνική μασάζ εφαρμόζεται σε όλες τις θεραπείες Intense. Επίσης, είναι κατάλληλη για την εφαρμογή λοσιόν για το τριχωτό της κεφαλής.



## Μαλάξεις

Κάντε μασάζ με τους δείκτες, τους μέσους και τους παράμεσους.



## Περιστροφικές κινήσεις

Τοποθετήστε τα δάχτυλα σε όρθια θέση στο τριχωτό της κεφαλής.  
Κάντε μασάζ με περιστροφικές κινήσεις από τον αυχένα προς το μέτωπο και από το μέτωπο προς τον αυχένα.



## Πιεσοθεραπεία

Για πιεσοθεραπεία στο περίγραμμα του τριχωτού της κεφαλής, ασκήστε πίεση χρησιμοποιώντας όλα τα δάχτυλα. Ξεκινήστε από τον αυχένα και προχωρήστε στην περιοχή γύρω από τα αυτιά, στα ζυγωματικά και καταλήξτε στο μέτωπο.



## Κινήσεις ζιγκ-ζαγκ

Κάντε μασάζ με κινήσεις ζιγκ-ζαγκ χρησιμοποιώντας τις άκρες των δαχτύλων σας. Τα χέρια πρέπει να προχωρούν προς αντίθετες κατευθύνσεις. Κάντε διεξοδικό μασάζ στο κεφάλι ξεκινώντας από το μέτωπο και προχωρώντας στην κορυφή του κεφαλιού και έπειτα στον αυχένα.

## Όφελος

Χαλαρώνει τους μύες του αυχένα και συμβάλλει στην ανακούφιση από πονοκεφάλους και κόπωση.



## Όφελος

Οι απαλές περιστροφικές κινήσεις συμβάλλουν στην εξισορρόπηση των νεύρων, του τριχωτού της κεφαλής και των ενεργειακών μεσημβρινών.



## Όφελος

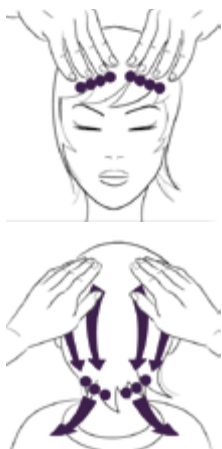
Η πιεσοθεραπεία βελτιώνει την ενεργειακή ισορροπία των μεσημβρινών στο σώμα. Παράλληλα, προσφέρει χαλάρωση και αναζωογόνηση και αυξάνει τη ροή του αίματος στο τριχωτό της κεφαλής και στο πρόσωπο.



## Όφελος

Η τεχνική με κινήσεις ζιγκ-ζαγκ προσφέρει βέλτιστη αναζωογόνηση και αυξάνει τη ροή του αίματος στο τριχωτό της κεφαλής. Επίσης, χαρίζει λάμψη και φρεσκάδα στην επιδερμίδα του προσώπου. Επιπλέον, οι κινήσεις αυτές μπορούν να αυξήσουν ακόμη και τη δραστηριότητα του εγκεφάλου.





### **Κινήσεις με άσκηση πίεσης**

Τοποθετήστε τα δάχτυλά σας στο περίγραμμα του μετώπου και πιέστε στα σημεία πίεσης. Προχωρήστε από το μέτωπο προς την κορυφή του κεφαλιού και καταλήξτε στον αυχένα, ασκώντας ομοιόμορφη πίεση. Κάντε ένα σύντομο μασάζ στον αυχένα πιέζοντας στα σημεία πίεσης. Πιέστε στην περιοχή των μυών του αυχένα και ολοκληρώστε με μια κίνηση μάλαξης στους ώμους.

#### **Όφελος**

Χαρίζει αίσθηση χαλάρωσης, ηρεμίας και συμβάλλει στην αποτοξίνωση. Η ένταση μεταφέρεται προς το υπόλοιπο σώμα και απελευθερώνεται. Εφαρμόζεται στο τέλος του μασάζ.

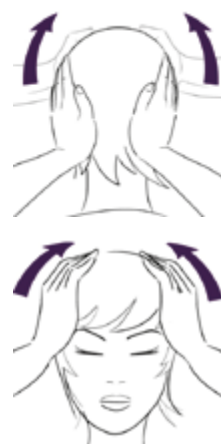


### **4-Χαλάρωση του αυχένα**

Τοποθετήστε την αριστερή σας παλάμη στην κορυφή του κεφαλιού για στήριξη. Με τη δεξιά γροθιά, κάντε μασάζ με απαλές κινήσεις ξεκινώντας από τη βάση του κρανίου και φτάνοντας μέχρι τον αυχένα. Κάντε 3 επαναλήψεις, αλλάξτε χέρια και επαναλάβετε άλλες 3 φορές.

#### **Όφελος**

Απομακρύνει τις τοξίνες από το τριχωτό της κεφαλής και συμβάλλει στη βαθιά και αποτελεσματική χαλάρωση.



### **Χαλάρωση του αυχένα**

Τοποθετήστε τις παλάμες σας πάνω από το αριστερό και το δεξί αυτί. Βάζοντας ελάχιστη δύναμη, πιέστε ελαφρώς το τριχωτό της κεφαλής με κατεύθυνση προς την κορυφή του κεφαλιού. Στη συνέχεια, τοποθετώντας τις παλάμες σας τη μία στο μπροστινό και την άλλη στο πίσω μέρος του κεφαλιού, κάντε μασάζ με την ίδια τεχνική.

#### **Όφελος**

Χαρίζει χαλάρωση, αποσυμφόρηση και ηρεμία, ενώ «θερμαίνει» το τριχωτό της κεφαλής.



### **Κίνηση ζιγκ-ζαγκ στο περίγραμμα του μετώπου**

Τοποθετήστε τους δείκτες, τους μέσους και τους παράμεσους των χεριών στο κέντρο του περιγράμματος του μετώπου. Με κινήσεις ζιγκ-ζαγκ και στις δύο πλευρές, κάντε μασάζ ασκώντας ελαφριά πίεση πάνω από τα αυτιά. Ξεκινώντας από το πίσω μέρος του αυτιού, κάντε ελαφριές πιέσεις προχωρώντας προς τον αυχένα.

#### **Όφελος**

Χαρίζει ενέργεια, συμβάλλει στον καθαρισμό και στην ομοιόμορφη εφαρμογή του προϊόντος.





## **Ολίσθηση**

---

Τοποθετήστε τα χέρια κάθετα πάνω στο κεφάλι της πελάτισσας. Ανοίξτε τα χέρια, πρώτα τις παλάμες και έπειτα τα δάχτυλα, και γλιστρήστε τα χέρια πιέζοντας ελαφρώς στο κεφάλι, κατά μήκος του λαιμού και τέλος πάνω στους ώμους.

## **Όφελος**

---



Σηματοδοτεί το τέλος του μασάζ και εξισορροπεί τη ροή ενέργειας.

# ΑΠΟΤΟΞΙΝΩΤΙΚΟ ΜΑΣΑΖ ΧΕΡΙΩΝ

Χρησιμοποιείται στις θεραπείες  
Detox και Regenerate

## ΑΠΟΤΟΞΙΝΩΤΙΚΟ ΜΑΣΑΖ ΧΕΡΙΩΝ

Το μασάζ που απογειώνει τη θεραπεία. Αξιοποιήστε τον χρόνο δράσης της μάσκας για να προσφέρετε ένα τονωτικό μασάζ χεριών. Αυτή η τεχνική έχει σχεδιαστεί σε συνεργασία με ειδικούς του ιατρικού κλάδου, έτσι ώστε να χαρίζει μια υπέροχη αίσθηση ενώ ταυτόχρονα βελτιώνει τη γενικότερη ευεξία της πελάτισσας.

## ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ

Τοποθετήστε μία πετσέτα στο γόνατό σας και καθίστε απέναντι από την πελάτισσα.

Καθαρίστε τα χέρια με ζεστή πετσέτα.  
Ξεκινήστε το μασάζ με μία μικρή ποσότητα κρέμας σώματος ή χεριών.

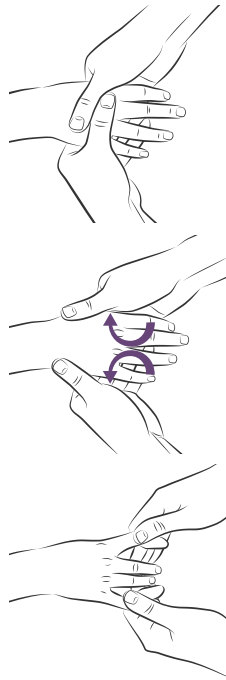


## Βήμα 1

Κινήσεις με άσκηση πίεσης από την παλάμη προς τον πήχη και αντίστροφα, και στις δύο πλευρές.  
Ασκήστε πίεση προς τον αγκώνα και ελαφριά πίεση κατά την επιστροφή προς την παλάμη.

### Όφελος

Συμβάλλει στην απορρόφηση της κρέμας χεριών.  
Ενεργοποιεί τη λεμφική ροή προς το κέντρο του σώματος.



## Βήμα 2

Εφαρμόστε απαλές κινήσεις ολίσθησης (effleurage) στο πίσω μέρος της παλάμης και, στη συνέχεια, κινήσεις τραβήγματος στον αντίχειρα και το μικρό δάχτυλο. Επανάλαβετε στον δείκτη και τον παράμεσο και, στη συνέχεια, στον μέσο.

### Όφελος

Χαλαρώνει τους μυς και τους τένοντες των χεριών, που συχνά καταπονούνται από τη χρήση των κινητών τηλεφώνων.



## Βήμα 3

Τεχνική μάλαξης petrissage στην παλάμη. «Ζυμώνετε» την παλάμη με τα δάχτυλά σας, κρατώντας το χέρι της πελάτισσας ανάμεσα στα δικά σας, αλλάζοντας την κατεύθυνση κάθε φορά.

### Όφελος

Συμβάλλει στην απελευθέρωση της καθημερινής έντασης και χαρίζει αίσθηση άνεσης.



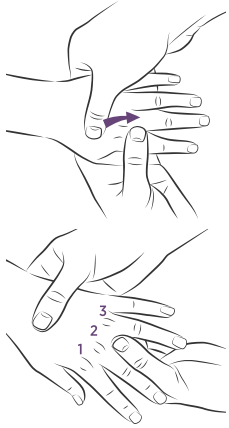
## Βήμα 4

Σημείο πίεσης μεταξύ του αντίχειρά και του δείκτη. Κάντε 3 κυκλικές κινήσεις και ασκήστε πίεση. Για να ολοκληρώσετε, εφαρμόστε ζυμώσεις στον αντίχειρα

### Όφελος

Ενεργοποιεί την αποτοξινωτική δράση του λεπτού εντέρου για γενικότερη ευεξία στην περιοχή της κοιλιάς.  
Σε αυτό το σημείο, η πελάτισσα μπορεί να νιώσει ελαφρύ πόνο, αν υπάρχει ένταση.





## Βήμα 5

Λεμφικό μασάζ μεταξύ των δακτύλων, για ενεργοποίηση της λεμφικής ροής από τον καρπό προς την περιοχή μεταξύ των δακτύλων. Ξεκινήστε από το σημείο μεταξύ του δείκτη και του μέσου, και συνεχίστε μεταξύ του μέσου και του παράμεσου και, τέλος, μεταξύ του παράμεσου και του μικρού. Τραβήξτε το δέρμα μεταξύ των δακτύλων για να ολοκληρώσετε κάθε μάλαξη.

### Όφελος



Ενεργοποιεί τη λεμφική ροή και συμβάλλει στην αποβολή των τοξινών από τους ιστούς.



## Βήμα 6

Κάντε μασάζ με τρεις κυκλικές κινήσεις στην παλάμη και γυρίστε το χέρι ώστε η παλάμη να είναι στραμμένη προς τα πάνω. Επαναλάβετε τρεις κυκλικές κινήσεις στο κάτω μέρος της παλάμης.

### Όφελος



Οι κυκλικές κινήσεις συμβάλλουν στη ροή της ενέργειας γύρω από τις κλειδώσεις του καρπού. Αυτό το βήμα παρέχει επίσης μια γλυκιά αίσθηση χαλάρωσης και συμβάλλει στη ροή με το γύρισμα του χεριού για τη συνέχιση του μασάζ στην παλάμη.



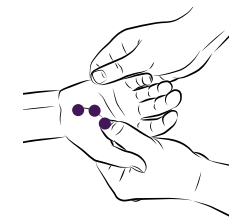
## Βήμα 7

Περάστε τα μικρά σας δάχτυλα μεταξύ του αντίχειρα/δείκτη και του μικρού δακτύλου/παράμεσου. Τεντώστε απαλά την παλάμη προς τα έξω. Με τους αντίχειρές σας, κάντε μασάζ στην παλάμη με κατεύθυνση προς τα κάτω και, στη συνέχεια, κατά μήκος.

### Όφελος



Χαλαρώνει τους μυς του χεριού και απελευθερώνει την ένταση που δημιουργείται από τη χρήση του κινητού τηλεφώνου και του πληκτρολογίου.



## Βήμα 8

Τρία σημεία πίεσης κατά μήκος του τόξου στη βάση του αντίχειρα. Κάντε 3 κυκλικές κινήσεις σε κάθε σημείο και, στη συνέχεια, ασκήστε πίεση για 3 δευτερόλεπτα και απελευθερώστε με κυκλική κίνηση. Τραβήξτε απαλά τον αντίχειρα προς τα έξω.

### Όφελος



Τονώνει το καρδιαγγειακό σύστημα και συνδέεται άμεσα με την περιτονία γύρω από την καρδιά.



## Βήμα 9

---

Τραβήξτε απαλά κάθε δάχτυλο προς τα έξω, εφαρμόζοντας κινήσεις ολίσθησης στις πλευρές του. Ξεκινήστε με τον δείκτη, τον παράμεσο και το μικρό δάχτυλο.

### Όφελος

---

Χαλαρώνει τις κλειδώσεις των δαχτύλων και μπορεί να ανακουφίσει από συσσωρευμένα δυσφορία και ένταση.



## Βήμα 10

---

Με μία κυκλική κίνηση, γυρίστε το χέρι. Ολοκληρώστε το μασάζ με μία τελευταία μάλαξη από την παλάμη προς τον αγκώνα και αντίστροφα και αφήστε προσεκτικά το χέρι.

### Όφελος

---

Ολοκληρώνει το μασάζ και ηρεμεί.



MASSAGE

# ΑΜΟΑ

Χρησιμοποιείται στη θεραπεία Regenerate

---

ΜΟΝΑΔΙΚΗ ΤΕΧΝΙΚΗ ΜΑΣΑΖ ΠΟΥ  
ΒΕΛΤΙΩΝΕΙ ΤΗ ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΗ ΕΥΕΞΙΑ

---

Όταν σώμα και πνεύμα βρίσκονται σε ηρεμία, η εσωτερική ομορφιά βγαίνει στην επιφάνεια. Το ΑΜΟΑ είναι το πρωτότυπο μασάζ του System Professional που βασίζεται στην παραδοσιακή ιατρική της Ανατολής. Ενεργοποιεί τα tsubo (σημεία πίεσης) και τα keigo (ενεργειακά κανάλια) για ολοκληρωμένη αίσθηση χαλάρωσης.



### **Junepihu** **Περιστροφικό μασάζ**

Τοποθετήστε τους αντίχειρες στην κορυφή του κεφαλιού.

Κάντε μασάζ στις δύο πλευρές, προχωρώντας από τα ζυγωματικά προς το περίγραμμα του προσώπου με κυκλικές κινήσεις. Για το πίσω μέρος του κεφαλιού, διαγράψτε νοπούς κύκλους με τον αντίχειρα κατά μήκος των πλευρών της γραμμής στο κέντρο του κεφαλιού προς την κορυφή.

#### **Όφελος**



Βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος στο τριχωτό της κεφαλής και ανακουφίζει την ένταση στα νεύρα.

### **Sugokei** **Μασάζ ανακούφισης για το μπροστινό μέρος του κεφαλιού**

Ανοίξτε τα δάχτυλα των χεριών και λυγίστε τις κλειδώσεις για να στηρίξετε το κεφάλι σαν να κρατούσατε μία μπάλα. Κρατήστε ελαφρώς αντίσταση ενώ γλιστράτε τα δάχτυλα τραβώντας για 10 δευτερόλεπτα. Αλλάξτε τη θέση των δακτύλων, μετακινώντας τα προς τα πίσω 2 εκατοστά και κάντε την ίδια κίνηση για 3 επαναλήψεις.

#### **Όφελος**



Χαρίζει αίσθηση ανακούφισης και βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος στο τριχωτό της κεφαλής. Η τεχνική Sugokei έχει θερμαντική δράση μετά το μασάζ.

### **Gougozaku** **Χαλάρωση στις πλευρές του κεφαλιού και στα αυτιά**

Τοποθετήστε τα χέρια με ενωμένες τις παλάμες στη χωρίστρα και στη συνέχεια γλιστρήστε τα χέρια προς τα κάτω έτσι ώστε η παλάμη να εφάπτεται στο κεφάλι, πιέζοντας από τη χωρίστρα προς τις πλευρές, πάνω από τα αυτιά. Με τον ίδιο τρόπο, πιέστε κινώντας τα χέρια προς τα πάνω. Αφήστε για λίγο και έπειτα ασκήστε πίεση στο πίσω μέρος των αυτιών.

#### **Όφελος**



Συμβάλλει στην ανακούφιση από την ένταση στο τριχωτό της κεφαλής και από τη γενικότερη κόπωση.

### **Ahiyakue** **Πιεσοθεραπεία στην κορυφή του κεφαλιού**

Τοποθετήστε τους μέσους τον έναν πάνω στον άλλο και κάντε μασάζ στο σημείο πίεσης στην κορυφή του κεφαλιού. Ασκήστε πίεση σταδιακά για 10 δευτερόλεπτα και χαλαρώστε την πίεση αιγά-αιγά.

#### **Όφελος**



Η θέση στην οποία οι παλάμες αγκαλιάζουν το κεφάλι είναι ιδιαίτερα χαλαρωτική, ενώ η πίεση στην κορυφή του κεφαλιού (Hiyakue) αυξάνει τη ροή του αίματος σε όλη την περιοχή του κεφαλιού.



### **Ratsufu** Κινήσεις με άσκηση πίεσης

Στηρίξτε το μέτωπο με το αριστερό σας χέρι και ασκήστε πίεση με την παλάμη του δεξιού χεριού προχωρώντας προς τα κάτω έως τον αυχένα.

#### **Όφελος**

Χαρίζει αίσθηση ανακούφισης και βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος στο τριχωτό της κεφαλής. Το Ratsufu συνδέει αυτές τις κινήσεις με τα επόμενα βήματα, αφού καταλήγει στον αυχένα.



### **Juufufu** Πιεσοθεραπεία στον αυχένα

Στηρίξτε το μέτωπο με το αριστερό χέρι και ασκήστε πίεση με τον αντίχειρα κατά μήκος της κάθετης νοτιής γραμμής στο κέντρο του κεφαλιού προς τα κάτω, έως το σημείο πίεσης στον αυχένα (Juufufu). Κάνοντας κυκλικές κινήσεις, πιέστε ελαφρώς στο σημείο πίεσης (Fufu) και κάντε μασάζ με κατεύθυνση προς το κέντρο του αυχένα για 10 δευτερόλεπτα.

#### **Όφελος**

Το Juufufu είναι ένα από τα πιο δυνατά σημεία στο μασάζ και ενεργοποιείται έντονα με αυτή την τεχνική. Ανακουφίζει από την κόπωση και την ένταση στον αυχένα.



### **Tsufuchi** Πιεσοθεραπεία στον αυχένα

Με το αριστερό χέρι στηρίξτε το μέτωπο. Με τον αντίχειρα, τον δείκτη και τον μέσο του δεξιού σας χεριού ασκήστε ελαφριά πίεση με κατεύθυνση προς τα μάτια, πάνω στο σημείο πίεσης που βρίσκεται στη βάση του αυχένα (Tsufuchi)

#### **Όφελος**

Προσφέρει τόνωση και αναζωογονεί τα μάτια και τα αυτιά.



### **Anjukai** Μασάζ στον αυχένα

Με το αριστερό χέρι στηρίξτε το μέτωπο. Με το δεξιό χέρι, κάντε μασάζ κατά μήκος της γραμμής του αυχένα ξεκινώντας από το πίσω μέρος του κεφαλιού για 10 επαναλήψεις.

#### **Όφελος**

Αυτή η τεχνική μασάζ ενεργοποίησης τονώνει αποτελεσματικά τον αυχένα και μειώνει την μυϊκή ένταση στην περιοχή αυτή.





### **Sutohatsu** Κινήσεις πίεσης από εμπρός προς τα πίσω

Χρησιμοποιώντας όλα τα δάχτυλα, ασκήστε πίεση ξεκινώντας από το περίγραμμα του προσώπου και προχωρώντας προς την κορυφή του κεφαλιού. Γλιστρήστε τα δάχτυλά σας μέσα από τα μαλλιά καθώς κάνετε την κίνηση.

#### **Όφελος**



Το Sutohatsu βοηθά στη συγκέντρωση της σκέψης και ηρεμεί το πνεύμα.



### **Nakeni** Πιεσοθεραπεία στους ώμους

Με τους αντίχειρες, ασκήστε πίεση στη γραμμή του αυχένα προς τα κάτω, έως το σημείο πίεσης στους ώμους (Nakeni). Πιέστε σιγά-σιγά για 10 δευτερόλεπτα.

#### **Όφελος**



Το Nakeni είναι αποτελεσματικό για τους ώμους και ανακουφίζει από την ένταση στο επάνω μέρος του σώματος. Σηματοδοτεί το τέλος του μασάζ.

## Όμορφα μαλλιά και ευεξία

Η ονομασία «ΑΜΟΑ» προέρχεται από το «Αημα» που αναφέρεται στις τεχνικές του παραδοσιακού ιαπωνικού μασάζ.

Η τεχνική μασάζ ΑΜΟΑ, που αναπτύχθηκε υπό την επίβλεψη ιατρών της παραδοσιακής ιατρικής της Ανατολής, μπορεί να ανταποκριθεί σε ευρύ φάσμα αναγκών των πελατισσών, όπως για παράδειγμα μπορεί να χαρίσει ανακούφιση σε όσες επιθυμούν χαλάρωση, ή αναζωογόνηση σε πελάτισσες που επιδιώκουν ανανέωση. Εφαρμόστε και τα 10 βήματα για εξισορρόπηση, ή μόνο τις χαλαρωτικές μαλάξεις για χαλάρωση ή τις έντονες μαλάξεις για το μασάζ ενεργοποίησης ΑΜΟΑ.

Το ΑΜΟΑ είναι η απόλυτη επιλογή για να συμπληρώσετε τις θεραπείες System Professional του κομμωτηρίου σας ώστε να προσφέρετε στις πελάτισσες μια εμπειρία πολυτελούς περιποίησης.



#### **ΧΑΛΑΡΩΤΙΚΟ ΜΑΣΑΖ**

Χαλάρωση και  
ανακούφιση.



#### **ΕΝΤΟΝΟ ΜΑΣΑΖ**

Ενέργεια και αφύπνιση  
των αισθήσεων.



#### **ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ**

Αριθμός επαναλήψεων