

OBSAH

Úvod	6
PŘÍPRAVA K MASÁŽI	10
UMĚNÍ DOTEKU	20
CELKOVÁ SMYSLNÁ MASÁŽ	32
Záda	38
Zadní strana dolních končetin	58
Krk a šíje	70
Obličej	78
Paže	84
Hrudník	98
Břicho	104
Přední strana dolních končetin	110
Nohy, nártý a chodidla	118
SPOLEČNÝ ZÁŽITEK	122
MASÁŽNÍ OLEJE A JEJICH UŽITÍ	124
NA CO NESMÍTE PŘI MASÁŽI ZAPOMENOUT	126
CO PŘI MASÁŽI LZE A CO NIKOLIV	126
Rejstřík	127