



Guide des fonctions Air Touch



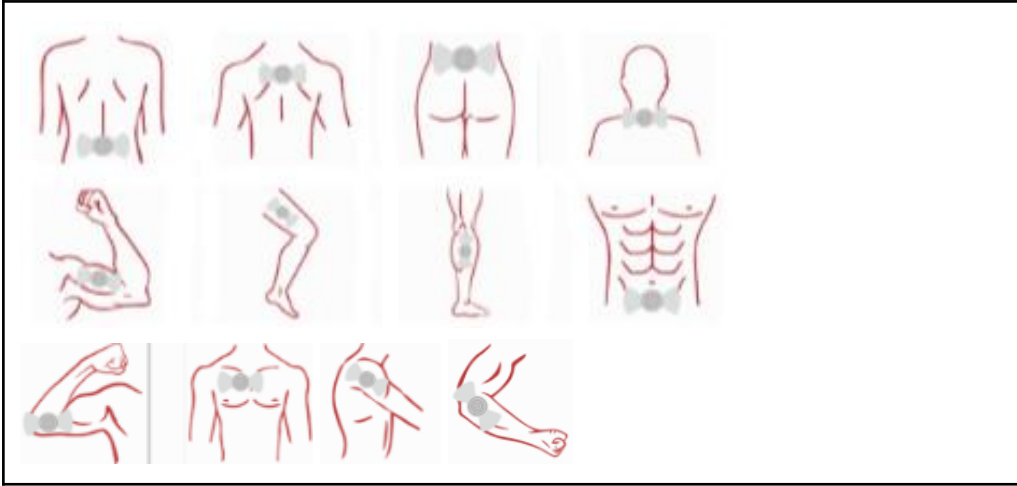
Numéro de mode: 1

English name: Acupuncture

Description de la fonction : L'acupuncture est une technique de massage basée sur les théories de la médecine traditionnelle chinoise qui implique l'insertion de fils fins (aiguilles) à des endroits spécifiques pour éliminer les blocages et stimuler la capacité inhérente du corps à se guérir lui-même.

L'acupuncture Air Touch simule la même sensation sans aiguilles, en utilisant des impulsions électroniques pour obtenir la sensation de différentes profondeurs d'aiguilles. En stimulant des points d'acupuncture spécifiques, elle corrige les déséquilibres dans la circulation du Qi à travers les canaux connus sous le nom de méridiens. Veuillez lire le tableau d'acupuncture.

Partie du corps :



Numéro de mode: 2

Nom anglais : Cupping

Description de la fonction : La ventouse est une technique utilisée depuis des milliers d'années dans la médecine ancienne, qui consiste à appliquer des coupelles sous vide sur la peau pour faire circuler le sang à travers la surface.

Les ventouses sont utilisées pour soulager les douleurs dorsales et cervicales, les raideurs musculaires, l'anxiété, la fatigue, les migraines, les rhumatismes et même pour réduire la cellulite.

Partie du corps :



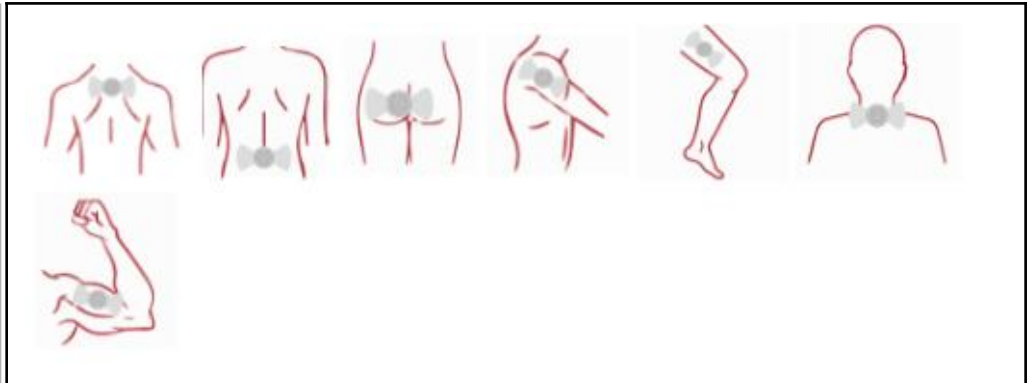


Numéro de mode: 3

Nom anglais : Scrapping /
Gua Sha

Description de la fonction : La technique du grattage est un traitement chiropratique populaire qui utilise des instruments pour rompre les adhérences musculaires et les tissus cicatriciels et pour masser les points de déclenchement dans le but d'augmenter l'amplitude des mouvements et d'améliorer la circulation sanguine. L'avantage du grattage est qu'il permet d'aligner les fibres du muscle. Il peut être utilisé sur des muscles mineurs ou déchirés, des entorses et des ligaments. Il est utilisé pour le rétablissement post-chirurgical, pendant la rééducation, pour prolonger les mouvements sans douleur et pour soulager les nœuds musculaires. Il aide à réduire l'inflammation et favorise la guérison.

Partie du corps :





Numéro de mode: 4

English name: Tapping

Description de la fonction : Le tapotement est un mouvement de percussion léger, souvent approprié pour de petites zones du corps. En tapotant les tendons ou les muscles, vous augmentez le flux sanguin naturel du corps et l'apport d'oxygène à la zone ciblée. Cela permet d'éliminer l'acide lactique et les toxines musculaires et de réduire le stress tout en détendant les muscles. Cela permet également de réduire l'inflammation ou le gonflement de la zone ciblée. Il s'agit d'un excellent traitement pour améliorer la flexibilité et la force de vos muscles et pour soulager la tension musculaire. Il fonctionne bien sur les douleurs localisées ou les points sensibles tels que les douleurs liées à la fibromyalgie.

Partie du corps :



Numéro de mode: 5

English name: Knocking

Description de la fonction : Le massage de frappe peut soulager les nœuds musculaires, les douleurs, les crampes et la fatigue. Il augmente la circulation sanguine dans tout le corps et peut améliorer le métabolisme.

Partie du corps:





Numéro de mode: 6

English name: Tuina

Description de la fonction : Le Tui Na simule un traitement corporel manuel qui ouvre la circulation du Qi (Chee) à travers les lignes méridiennes du corps. Il est particulièrement efficace pour les douleurs articulaires, la sciatique, les spasmes musculaires, les douleurs dorsales, la nuque et les épaules. Il soulage également les troubles chroniques tels que l'insomnie, la constipation, les maux de tête et la tension associée au stress.

Partie du corps:



Numéro de moder: 7

English name: Tai-chi

Description de la fonction : Le massage traditionnel chinois (de relaxation et correctif), qui combine les pratiques de l'Orient et de l'Occident, offre un massage des tissus profonds pour transformer votre santé de l'intérieur vers l'extérieur. Il permet d'augmenter l'amplitude des mouvements des muscles et de récupérer après une blessure. Il est très efficace pour tonifier les muscles après l'entraînement. Il aide également à la digestion, au stress et à la relaxation.

Partie du corps:





Numéro de mode: 8

English name: Kneading

Description de la fonction : Le pétrissage simule les doigts du pouce et les paumes d'un vrai massothérapeute. Il se concentre sur l'hypertension et le stress et aide à les réduire en restituant toute l'amplitude des mouvements et la souplesse, tout en traitant les muscles tendus et en diminuant la douleur. Il contribue à améliorer la circulation sanguine, favorisant ainsi la force et le bien-être du corps dans son ensemble. Il aide à réduire la tension dans vos muscles et à les tonifier après et avant les séances d'entraînement.

Partie du corps:



Numéro de mode: 9

English name: Striking

Description de la fonction : Le Striking massage simule une série de coups légers, rapides et appliqués avec les poings serrés, utilisés pour produire une stimulation. Il s'agit d'une technique de massage spécifique utilisée pour stimuler les muscles avant l'exercice afin d'augmenter le flux sanguin, la température et l'élasticité des tissus.

Partie du corps:



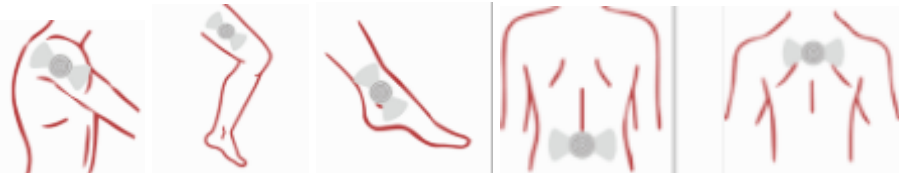


Numéro de mode: 10

English name: Stretching

Description de la fonction : Le mode d'étirement est conçu pour étendre les muscles des membres tout en relâchant la tension. Il contribue à améliorer l'élasticité des muscles et à obtenir un tonus musculaire. Il en résulte une sensation d'amélioration du contrôle musculaire, de la souplesse et de l'amplitude des mouvements. Il augmente la circulation sanguine dans les muscles et aide à maintenir l'amplitude des mouvements dans les articulations. Il est excellent pour guérir et prévenir les douleurs dorsales et sciatiques, ainsi que pour soulager les nœuds musculaires et les tensions corporelles.

Partie du corps:



Numéro de mode: 11

English name: Rubbing

Description de la fonction : Le mode frottement est une stimulation mécanique des tissus qui applique une pression rythmique pour procurer une sensation de frottement. Il augmente la circulation sanguine et tonifie les muscles tout en réduisant la douleur. Ce mode manipule les tissus mous du corps, y compris le tissu conjonctif, les muscles, les ligaments, les tendons et les articulations, afin d'obtenir un effet thérapeutique et une amélioration de la santé en agissant directement sur le système musculaire, nerveux et circulatoire.

Partie du corps:





Numéro de mode: 12

English name: Shiatsu

Description de la fonction : Le mode Shiatsu simule un massage qui met l'accent sur les points de pression des différentes parties du corps. Il aide à guérir les entorses, l'arthrite, les raideurs du cou et des épaules, les douleurs du haut et du bas du dos, la sciaticque, les troubles digestifs, les douleurs menstruelles, la fatigue, la fibromyalgie et les douleurs musculo-squelettiques.

Partie du corps:

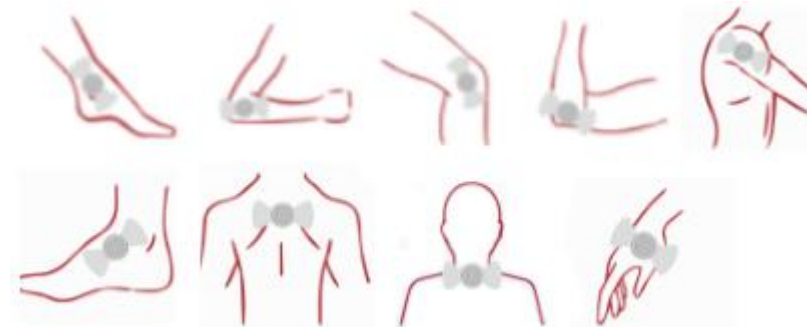


Numéro de mode: 13

English name: Trigger point

Description de la fonction : La thérapie des points de déclenchement est une manipulation directe et plus agressive des tensions musculaires dans des zones ciblées telles que le cou et le bas du dos. Elle génère des contractions répétées et involontaires dans le muscle ou le groupe de muscles et entraîne une réduction immédiate de la tension. Le massage des points de déclenchement rétablit l'équilibre naturel de vos muscles et améliore l'amplitude des mouvements, la posture et l'alignement. Ce mode peut également aider à améliorer les performances athlétiques et les douleurs aiguës dues à des blessures ou des accidents.

Partie du corps:





Numéro de mode: 14

English name: Butterfly

Description de la fonction : Le massage papillon est une technique douce qui fonctionne avec un toucher doux et délicat, aidant à faire fondre la tension dans tout le corps, soulageant les symptômes du stress, favorisant la relaxation et améliorant la santé et le bien-être en général.

Partie du corps:



Numéro de mode: 15

English name: Lomi-lomi

Description de la fonction : Le Lomi lomi est un massage traditionnel hawaïen qui aide le corps à se débarrasser de ses vieux schémas et comportements qui causent le stress, les tensions et les tensions musculaires.

Le Lomi lomi vise à traiter le corps et l'esprit comme un tout. Il est utilisé pour relâcher les tensions, favoriser la circulation sanguine et lymphatique, éliminer les déchets et les toxines, rajeunir le corps et instiller un sentiment de paix, d'harmonie et de bien-être.

Partie du corps:





Numéro de mode: 16

English name: Swedish

Description de la fonction : Le massage suédois permet d'augmenter le taux d'oxygène dans le sang, de diminuer les toxines musculaires, d'améliorer la circulation et la souplesse tout en apaisant les tensions. Cette technique vise à favoriser la relaxation en relâchant la tension musculaire.

Le massage suédois permet de relâcher les muscles tendus par les activités quotidiennes telles que la position assise devant l'ordinateur ou l'exercice physique. Il peut être très utile pour les personnes qui ont beaucoup de tension dans le bas du dos, les épaules et le cou.

Partie du corps:



Numéro de mode: 17

English name: Thai

Description de la fonction : Le massage thaïlandais est un système de guérison traditionnel qui associe l'acupression à des techniques d'étirement, de traction et de balancement pour soulager les tensions, les douleurs musculaires ou articulaires et améliorer l'humeur d'une personne. Le massage thaïlandais est également réputé pour soulager les céphalées de tension, réduire les douleurs dorsales subaiguës et chroniques non spécifiques, soulager les douleurs musculaires, soulager les raideurs et les douleurs articulaires, augmenter la flexibilité et l'amplitude des mouvements, stimuler la circulation et le drainage lymphatique, stimuler l'énergie et calmer le système nerveux.

Partie du corps:





Numéro de mode: 18

English name: Reflexology

Description de la fonction : La réflexologie est un type de massage qui consiste à appliquer différentes pressions sur les pieds et les mains. Elle repose sur une théorie selon laquelle ces parties du corps sont reliées à certains organes et systèmes du corps. La réflexologie est généralement relaxante et peut aider à soulager le stress.

Partie du corps:



Numéro de mode: 19

English name: Continuous

Description de la fonction : Ce mode fournit continuellement des vibrations à basse fréquence pour favoriser la circulation du sang et aider à soulager tout type de douleur.

Partie du corps:





Numéro de mode: 20

English name: Toning abs

Description de la fonction : Ce mode applique la technologie du stimulateur musculaire électronique qui permet d'améliorer la force musculaire de base, de raffermir et de tonifier les muscles abdominaux. Il améliore également le tonus au repos, ce qui signifie que vos muscles abdominaux maintiendront mieux votre ventre plat. Tout comme l'exercice classique, la contraction et la relaxation répétitives rendent les muscles toniques et serrés.

Partie du corps:



Numéro de mode: 21

English name: Muscle Growth

Description de la fonction : Ce mode permet de préserver la masse musculaire des patients qui sont actuellement immobiles. Il est souvent utilisé pour les patients post-opératoires souffrant d'une atrophie musculaire sévère et d'un manque de coordination. Pour les athlètes, ce mode permet de transmettre des impulsions bioélectriques pour accélérer la croissance musculaire.

Partie du corps:





Numéro de mode: 22

English name: Recovery

Description de la fonction : Ce mode permet d'accélérer la récupération après des séances d'entraînement de haute intensité et de s'entraîner plus intensément. L'activité de pompage musculaire favorise la circulation et réduit le gonflement des membres inférieurs sans nécessiter d'impact ou d'exercice supplémentaire.

Partie du corps:

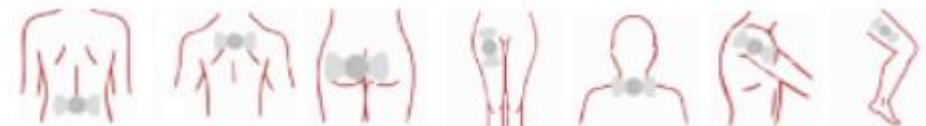


Numéro de mode: 23

English name: Combination

Description de la fonction : Ce mode combine l'acupuncture, les ventouses et les coups.

Partie du corps:



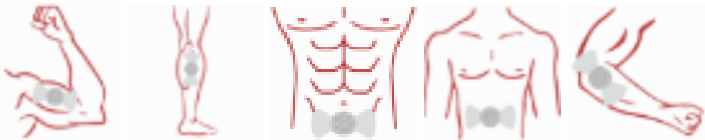


Numéro de mode: 24

English name: NMES

Description de la fonction : La NMES traite l'atrophie musculaire et stimule le muscle lorsque l'individu est au repos. La NMES cible le muscle lui-même, en particulier par l'intermédiaire des nerfs moteurs. Cela crée une contraction musculaire afin de recruter davantage de fibres musculaires lors de l'entraînement, de l'échauffement ou de la récupération.

Partie du corps:



Numéro de mode: 25

English name: Period pain 1

Description de la fonction : Mode spécial pour le soulagement des douleurs menstruelles (avant)



Numéro de mode: 26

English name: Period pain 2

Description de la fonction : Mode spécial pour le soulagement des douleurs menstruelles (dos)