

KURZ OBKLADŮ A ZÁBALŮ

26.10.2025 neděle:

9:00 – 10:50 přivítání, úvod do zábalů a obkladů
11:00 – 13:00 březový zábal / játra
13:00 – 14:00 oběd
14:00 – 14:50 výměna zkušeností po zábalu
15:00 – 15:50 citrónová koupel nohou
16:00 – 18:00 hořčičný zábal na lýtka / nachlazení
18:00 – 19:00 večeře
19:10 – 19:50 výměna zkušeností po zábalu
20:00 – 21:00 jak si zrytmizovat vodu do koupele

27.10.2025 pondělí:

9:00 – 9:50 koupel z dubové kůry/ vyčerpání
10:00 – 12:00 heřmánkový zábal / břicho křeče
12:10 – 13:00 výměna zkušeností po zábalu
13:00 – 14:00 oběd
14:00 – 14:45 eurytmie
15:00 – 17:00 přesličkový zábal / ledviny
17:10 – 18:00 výměna zkušeností po zábalu
18:00 – 19:00 večeře
20:00 – 21:00 rytmičné vtírání břicha u dětí

28.10.2025 úterý:

9:00 – 9:45 eurytmie
9:55 – 11:50 eukalyptový zábal / močový měchýř
12:00 – 12:50 výměna zkušeností po zábalu
13:00 – 14:00 oběd
14:00 – 15:45 rozmarýново – mēděný zábal na bránici
15:50 – 16:30 výměna zkušeností po zábalu
16:40 – 18:00 růžová koupel / harmonizace – rozloučení
18:00 – 19:00 večeře



Iniciativa pro
vzdělávání
v rytmičných
masážích, z.s.