

WORKSHOP OBKLADŮ A ZÁBALŮ

JAK PODPOŘIT PŘI NACHLAZENÍ A RESPIRAČNÍCH PROBLÉMECH

ČASOVÝ ROZVRH

15:00 - 15:45

Přivítání, úvod do zábalů a obkladů

15:45 - 17:35

Kašel

Řebříčkový zábal v oblasti plic/ Mast'ový zábal

17:35 - 17:40

P A U S A

17:40 - 19:00

Nachlazení

Cibulový zábal čelo/plosky

19:00 - 19:10

P A U S A

19:10 - 20:30

Nachlazení/kašel

Levandulová koupel nohou

20:30 - 21:00

Z á v ě r