

ДОРОЖКА КНЕЙПА

Дорожка Кнейпа – это процедура, основанная на контрасте, на эффекте чередования теплой и холодной воды. Что происходит в этот момент? Ускоряется циркуляция крови, за счет этого активизируются обменные процессы, параллельно происходит очищение организма и укрепление сердца и сосудов. Вообще, это замечательная тренировка сосудистой системы. Естественно, что при этом повышается иммунитет. С веселым же и интенсивным кровотоком все клетки получают кислород в полном объеме, а значит, замедляется их старение, улучшается регенерация. Следовательно, гидротерапевтическая дорожка Кнейпа – это незаменимая омолаживающая процедура.

Показания:

- болезни органов дыхания вне обострения;
- при запорах;
- застой крови в нижней части тела;
- пяточные шпоры;
- плоскостопие.