

## |體驗心得|養氣安神頭部活氧熱舒壓

不知道大家有沒有這種經驗，工作突然太忙、代辦事項堆積如山，甚至被主管客戶釘，這個時候該怎麼辦？！別擔心～此時先把煩心事擺一邊吧！因為妳的腦袋已經不夠用了，繼續思考、工作下去，只會讓妳頭暈腦脹，工作效率反而更事倍功半，造成反效果，記得短暫休息一下，才能讓妳重獲動力！

今天要跟大家介紹，能快速解決此問題的好幫手，佐登妮絲－頭部活氧熱舒壓課程，獨特熱舒壓技術，30分鐘輕鬆舒緩、協助改善經絡痠痛和頭部的不適，讓思路煥然一新～現在就一起來看看這個課程的獨特魅力吧！

傳統頭部按摩不外乎是穴點按壓，但這次佐登妮絲，將遠紅外線能量淨化儀納入課程，這是一種新興按摩儀器，蘊含多種高能量礦晶體，包含20種微量元素，與肌膚接觸後，將產生熱能與共振效果，使深層經絡及肌肉溫度上升，有效改善經絡阻塞現象。

課程一開始以茉莉柔嫩呵護油、薰衣草、薄荷、回橙青等三款純淨植萃精油進行按摩，並結合遠紅外線能量淨化儀，刺激頭部穴道，疏經理氣，強化血液循環，這時會由內而外產生溫熱能量，使你感到放鬆與輕盈，有助改善頭部不適問題。

再透過美容師純熟的按摩技術，針對頭部、肩頸肌肉進行活氧舒壓，寸寸到點的手法，開通大椎穴，此穴位於第七頸椎棘突與第一胸椎棘突之間隙，是養護人體陽氣的穴位，



匯集所有陽氣與經絡的位置，而大椎正好就是陰陽經交會之處，對此進行適按摩，有助刺激疏通督脈經絡、調暢氣血，讓頭部及肩頸產生熱能量，釋放長期累積於體內的壓力，達到舒緩痠痛、提振精神、恢復活力之效。



最後美容師以輕柔手技，時而徐緩、時而深層，在韻律節奏中，讓肩頸肌肉變變得柔軟有彈性。





全套課程下來，能改善因外在環境、過度疲憊等造成之壓力與不適，搭配植萃精油，更能滋潤肌膚！如果妳也被各種煩躁事所困，別遲疑～一起來佐登妮絲，體驗頭部活氧熱舒壓課程，將令妳身體輕盈；心靈沉靜，短短30分鐘養氣安神，找回生活新動力！

