

Andulačná terapia

Andulačná terapia je terapeutický postup vyvinutý v Nemecku a potvrdený pätnástimi vedeckými štúdiami. Andulácia sama o sebe nie je liečivá, avšak aktivuje samoliečenie buniek.

Jej princíp sa zakladá na vytváraní mechanických vibrácií od 10 do 70Hz nastavených tak, aby prenikali až na bunkovú úroveň. Ich cieľom je čo najrýchlejšie naštartovať telu vlastné samoliečebné procesy pôsobením na bunkové tkanivo.

Vibrácie spúšťajú v našom organizme neurofyziologické a hormonálne prekrytie bolestivých signálov a dokonca uvoľňovanie endorfínu. Terapiou sa krvný obeh dostáva do pohybu a oddeľujú sa od seba „zlepené“ krvinky. Zlepší sa tak tok krvi a preprava živín, naštartuje lymfatický systém a redukuje stres.

Vedecky dokázané účinky andulačnej terapie:

- Zmiernenie bolestí chrbtice, kĺbov, hlavy a napätia šijového svalstva.
 - Účinne pôsobí pri reume, artróze, rednutí kostí.
 - Pomáha pri prerušovanom spánku alebo nespavosti.
 - Rýchla regenerácia pri psychickom vyčerpaní.
 - Stimulácia lymfatického systému.
- Podpora odbúravania viscerálneho (útrobného) tuku a celulitídy.
- Zlepšenie látkovej výmeny a stimulácia činnosti čriev pri tráviacich problémoch.
 - Odbúravanie laktátov a uvoľnenie po športovom výkone.

Zaujímavosťou je, že 15 minút andulačnej terapie má rovnaký efekt ako 2,5 hodinová chôdza. Je veľmi účinná ako podpora liečby chronických ochorení, ktoré sú často spôsobené zápalovými procesmi, poruchami prekrvenia, metabolizmu a zlým zásobením orgánov.

Andulačná terapia je prakticky bez kontraindikácií, zvýšenú opatrnosť treba venovať len pri kardiostimulátoroch a pri akútnej trombóze alebo zápale žíl.



ANDUMEDIC® 3 programy

P01 Warm-up: Zahriatie a uvoľnenie svalstva.

P02 Deep Muscle Andullation: Zmiernenie bolestí svalstva a svalového napätia, podpora stimulácie látkovej výmeny, vitalizácia a výrazné zlepšenie celkového telesného zdravia.

P03 Lymphatic System Stimulation: Aktivácia lymfatického riečiska, odstraňovanie zvyškov látkovej výmeny a škodlivých látok, detoxikácia a odkyslenie.

P04 Pulse Andullation: Masáž poklepom, uvoľnenie krčovitého stiahnutia svalstva, stimulácia krvného obehu.

P05 Relaxation: Hlboké uvoľnenie, redukcia stresu, prílev novej energie a síl, podpora redukcie nespavosti.

P06 Foot Reflexology: Stimulácia reflexných zón na chodidlách, zmiernenie bolestí, zlepšenie pri nedostatočnom prekrvení nôh a lýtok, aktivovanie lymfatického systému a cirkulácie krvi, posilnenie imunitného systému.

P07 Release Muscle Hardening: Bolesti chrbta a napätie chrbtového svalstva, výrazné zmiernenie pri myogelóze (bolestivé stvrdnutie svalov pri svalovom reumatizme).

P08 Acute Back Pain: Akútne bolesti driekovej chrbtice, driekové lumbago („seknutie“), krče v nohách.

P09 Neck Relaxation: Bolesti hlavy, tlak, migréna a napätie šijového svalstva, bolesti ramien.

P10 Joint Mobilization: Bolesti kĺbov, reuma, artróza, rednutie kostí.

P11 Tissue Tightening: Stimulácia lymfatického systému, podpora detoxikácie, odkyslenia, redukcia vody v tkanivách, odstraňovanie celulitídy.

P12 Boost Metabolism: Podpora látkovej výmeny napr. pri nadváhe, problémoch s trávením, opuchoch nôh (vhodné pri diabetes mellitus).

P13 Regeneration After Sport: Regenerácia po aktívnom športe, iných športových aktivitách, presilení svalov, podpora odstraňovania produktov látkovej výmeny.

P14 Specific Treatment of Visceral Fat: Cielené odstraňovanie viscerálneho tuku, stimulácia čriev pri tráviacich problémoch, zvyšovanie prekrvovania tráviacich orgánov, stimulácia brušných svalov, redukcia zápalových látok v oblasti viscerálneho tuku. (Používať vždy s upevneným viscerálnym pásom.)

P15 Deep Relaxation: Eliminácia stresu, nespavosti, prerušované spanie.

P16 Cardiovascular Stimulation: Podpora kardiovaskulárneho systému, celková vitalizácia, zvýšenie prekrvenia a zásobovania kyslíkom.

P17 Soothing Acute Pain: Driekové lumbago, krče v lýtkach.

P18 Sleep Disturbance Redressing: Poruchy spánku, nervového vypätia, zmiernenie následkov denného stresu.

P19 Body Tissue Relaxation: Redukcia napätia najrôznejších tkanivových typov, odstraňovanie blokáď.

P20 Stress Tolerance: Posilnenie vegetatívneho nervového systému pri strese a psychosomatickom vyčerpaní.

10 € (15 min) 15 € (25 min)

Cenník platí od 2.2.2022. Ceny sú vrátane 20% DPH.

Andulation therapy

Andulation therapy is a therapeutic procedure developed in Germany and confirmed by fifteen scientific studies. Andulation is not healing in itself, but activates self-healing of cells.

Its principle is based on the creation of mechanical vibrations from 10 Hz to 70 Hz set to penetrate to the cellular level. Their goal is to start the body's own self-healing processes as quickly as possible by acting on the cell tissue.

Vibrations trigger neurophysiological and hormonal overlap of painful signals and even endorphin release in our body. Therapy moves the bloodstream and separates the „stuck“ blood cells. This improves blood flow and nutrient transport, starts the lymphatic system and reduces stress.

Scientifically proven effects of andulation therapy:

- Relieving pain in the spine, joints, head and neck muscles.
- Effective in rheumatism, osteoarthritis, thinning bones.
 - Helps with intermittent sleep or insomnia.
 - Rapid regeneration in case of mental exhaustion.
 - Stimulation of the lymphatic system.
- Support for the breakdown of visceral fat and cellulite.
- Improving metabolism and stimulating bowel function in digestive problems.
- Degradation of lactates and relaxation after sport performance.

Interestingly, 15 minutes of andulation therapy has the same effect as a 2,5 hour walk. It is very effective in supporting the treatment of chronic diseases, which are often caused by inflammatory processes, circulatory disorders, metabolism and poor organ supply.

Andulation therapy is practically without contraindications, but extra care should be taken when having a pacemakers and with acute thrombosis or inflammation of the veins.



ANDUMEDIC® 3 Programms

P01 Warm-up: Warming up and relaxing of the muscles.

P02 Deep Muscle Andullation: Relief of muscle pain and tension, support of stimulation of metabolism, vitalization and significant improvement of overall body health.

P03 Lymphatic System Stimulation: Lymphatic bed activation, removal of metabolic residues and harmful substances, detoxification and deacidification.

P04 Pulse Andullation: Tapping massage, relaxation of cramped muscles, stimulation of blood circulation.

P05 Relaxation: Deep relaxation, stress reduction, influx of new energy and strength, support for insomnia reduction.

P06 Foot Reflexology: Stimulation of reflex zones on the feet, relief of pain, improvement in case of insufficient blood supply to the legs and calves, activation of the lymphatic system and blood circulation, strengthening of the immune system.

P07 Release Muscle Hardening: Back pain and tension of the back muscles, significant relief in myogellosis (painful hardening of the muscles in rheumatism).

P08 Acute Back Pain: Acute lumbar spine pain, lumbago, cramps in the legs.

P09 Neck Relaxation: Headaches, pressure, migraine and neck muscle tension, shoulder pain.

P10 Joint Mobilization: Joint pain, rheumatism, osteoarthritis, bone thinning.

P11 Tissue Tightening: Lymphatic system stimulation, detoxification, deacidification, tissue water reduction, cellulite removal.

P12 Boost Metabolism: Support of the body's metabolism with problems like overweight, indigestion, swelling of the legs (program suitable for diabetes mellitus).

P13 Regeneration After Sport: Regeneration after active sports, other sport activities, muscle strengthening, supporting the removal of metabolic products.

P14 Specific Treatment of Visceral Fat: Targeted removal of visceral fat, stimulation of the intestines for digestive problems, increasing blood flow to the digestive organs, stimulation of the abdominal muscles, reduction of inflammatory substances in the area of visceral fat. (Always to be used with the visceral strap attached.)

P15 Deep Relaxation: Elimination of insomnia, interrupted sleep.

P16 Cardiovascular Stimulation: Support of the cardiovascular system, general vitalization, increase of blood supply and oxygen supply.

P17 Soothing Acute Pain: Lumbago, calf cramps.

P18 Sleep Disturbance Redressing: Sleep disorders, nervous tension, alleviation of the effects of daily stress.

P19 Body Tissue Relaxation: Tension reduction of various tissue types, removal of blockages.

P20 Stress Tolerance: Strengthening the autonomic nervous system under stress and psychosomatic exhaustion.

10 € (15 min) 15 € (25 min)

Prices are valid from 2nd February 2022. Prices are inclusive of VAT at 20%.