

Turbo på vægttabet med cupping?

Lad det være sagt med det samme – der er intet, der kan erstatte fokus på kost og motion, når du ønsker at tabe dig. Du opnår kun et varigt vægttab ved at ændre din livsstil i retning mod god, varieret kost med masser af grøntsager, fisk, kød, æg, nødder og gode fedtstoffer, daglig motion og moderation i forhold til sukker og alkohol.

Men når det er sagt, så er der andre ting at gøre i forhold til vægttab som kan skubbe det i positiv retning: Det handler om at sørge for god blod- og lymfecirkulation i muskler og væv. Motion styrker dig også på dette punkt, men i begyndelsen af et vægttab kan der være en forhistorie med for lidt eller totalt manglende motion, hvilket betyder, at det er meget hårdt at komme i gang med at motionere og derfor rykker det ikke særligt meget i starten. Det er her cuppingbehandling kommer ind i billedet – denne behandling kan sætte skub i forbrændingen og hjælpe dig på vej.

Cupping er en gammel asiatisk teknik, hvor man ved hjælp af sugekopper skaber et vakuum på dele af kroppen. Det aktiverer blod og lymfe simultant, hvilket resulterer i øget blodcirkulation og lymfedrænage. Omsætningen i kroppen forbedres generelt og dermed også omsætningen af fedt. Derudover gavner cupping huden, der bliver strammet op og afgiftet.

Cupping kan medvirke til at forbedre blod- og lymfecirkulation og dermed ”løsne” fedt og væske. Til behandlingen, der skal støtte vægttab bruger jeg en speciel cupping-maskine, der sikrer et konstant sug under behandlingen. Den giver et behageligt flow, når man bevæger kopperne henover huden. En behandling starter med lymfedrænage og fortsætter derefter med forskellige former for Moving Cupping. Behandlingen er smertefri og varer max. 40 min.

Priser og varighed:

Behandling af ben: ca. 35 min kr. 400,00

Behandling af ben og baller: ca. 45 min kr. 450,00

Behandling af ben og arme: ca. 45 min. kr. 450,00

Behandling af ben og mave: ca. 40-45 min kr. 450,00

Ansigtsbehandling: ca. 30 min kr. 400,00

Har du lyst til at prøve et behandlingsforløb på 10 behandlinger, send en sms til 61701327 eller skriv til info@leneklitgaard.dk for et behandlingstilbud.