

## Behandlungsablauf Feuertriade:

1. Cradle/Wiege
2. Nacken lockern
3. Nordpol-Dehnung<sup>1)</sup>: Rechte Hand hält Nacken mit Daumen und Mittelfinger. Beim Ausatmen leichten Zug machen. Linke Hand hält Stirn
4. Bauchschaukel
5. Feuersehne an den Füßen massieren (oben und unten)
6. Fussgelenk drehen
7. Augenbraue (Mitte) verbinden mit
  - a) Jochbein
  - b) Kinn (Klammer)
  - c) Schlüsselbein
  - d) Zwerchfellpunkte auf Feuerlinie
  - e) Nabel
8. Nabel verbinden mit Punkt in der Mitte der Leiste (andere Körperseite)
9. Oberschenkel: Abstreichen mit Feueratmung: Einatmen durch Mund, Ausatmen durch Nase
10. Nabel verbinden mit Punkt oberhalb des Knies (Feuerlinie des Oberschenkels)
11. Seitenwechsel und Schritte 4-10 wiederholen
12. Abschluss: Feuerfinger- Feuerzehe oder anderen Abschluss

- 1) Legen Sie den Kopf sanft in die Handfläche der rechten Hand und greifen Sie mit Daumen und Zeigefinger die zwei Punkte auf der Feuelement-Linie, die beidseitig neben der Halswirbelsäule liegen, direkt an der Hinterhauptskante. Legen Sie die linke Hand flach auf die Stirn. Ziehen Sie leicht und gleichmässig mit der rechten Hand.

