

Techniken zur Befreiung von Gasen:

Beschreibung:	Buch Polarity Therapie von Dr. Stone
Person sitzt auf einem Stuhl; Therapeut kann seinen Fuss auf den Stuhl stellen, damit die Person anlehnen kann. Folgende Tafeln kommen zur Anwendung:	Tafel 93 Tafel 94 Tafel 95
Nacken des Klienten massieren	Tafel 55
Kopfhaut massieren (wie beim Coiffeur)	Tafel 97
Kopf in die Hand nehmen und nach hinten „kippen“	Tafel 57
Flügeli lösen: hinter die Person stehen – Schultern nach hinten bewegen und gleichzeitig mit der anderen Hand zwischen die Schulterblätter greifen und vorsichtig lösen	Tafel 54 Tafel 96
Danach auf die Liege: Cradle	
Zwerchfell-Lösung	Tafel 36 Tafel 40