

1. Entlastet die Blase
rechten

hilft

3. macht das Gehirn klar und die Schultern leicht.

5. Stärkt die Nieren

7. gibt Energie

9. lindert nervliche Anspannung

2. Die Massage dieses Punktes in der Mulde unter dem

Kleinhirn wirkt gegen Menstruationsbeschwerden und

Gegen Schlaflosigkeit und Nervosität

4. Gibt Energie

6. Wirkt gegen Verstopfung

8. Macht die Haut geschmeidig

10. Unterstützt die Blasenfunktion, verjagt
überschüssige Flüssigkeit aus dem

Körper

