**BEENBEHANDELING:**

ZIJKANT / VOORKANT / ACHTERKANT

Aaneensluitend: bovenbeen, knie, onderbeen

Eerst 1 been helemaal doen, daarna het andere been helemaal doen

Zachtjes behandelen

Van boven naar beneden schrapen - NIET opzij

Grote halen, meerdere keren, evt. nog een gevoelig stukje schrapen

Niet meer terugkomen op een deel dat al gedaan is

NIET op zoek gaan naar Sha!

Bij spataderen van beneden naar boven schrapen

Bij twijfel van beneden naar boven schrapen

**ZIJKANT:**

Klant op 1 zijkant laten liggen

Onderste been gestrekt

Bovenste been eroverheen gebogen in stabiele zijhouding

Badlaken of deken over onderste been leggen

Handdoekje doen bij bovenkant slip

Onderste deel rug insmeren met olie

Boven bilspleet gaan schrapen en dan richting zijkant heup (opzij / van me af)

Handdoekje met slip omlaag duwen

Op de bil gaan werken (van me af - eventueel huid strak trekken)

Ischiaspunt opzoeken (= galblaas punt 30 = opslagpunt van afvalstoffen)

Dit punt goed schrapen

Dit deel schoonmaken en afstrijken

Handdoekje en slip weer naar normale plek brengen

Handdoekje verwijderen

Handdoekje doen bij pijp van slip en omhoog trekken

Olie op bil aanbrengen

Rest bil schrapen (van me af)

Dan naar andere kant v/d tafel lopen

Zijkant bovenbeen met olie insmeren

Schrapen van boven naar beneden (evt. met de haai = minder gevoelig dan gewone jade)

Zijkant knie overslaan

Nu onderbeen insmeren met olie en schrapen (van me af)

Boven- en onderbeen schoonmaken en afstrijken - van bil t/m enkel

Dan 1x van beneden naar boven strijken

Handdoekje en slip weer naar normale plek brengen

Handdoekje verwijderen

**VOORKANT:**

Klant op de rug laten liggen

Achterkant knieën op voetenrol neerleggen

De niet-te-behandelen-been afdekken met een deken of badlaken

Olie aanbrengen op het bovenbeen

Bovenbeen schrapen (eventueel huid strak trekken + van boven naar beneden – NIET opzij)

Klant de voet van dit been naar het enkel laten leggen

Olie op binnenkant bovenbeen aanbrengen

Binnenkant schrapen (van boven naar beneden -lange halen)

Klant de voet van dit been plat op tafel laten zetten (knie wijst omhoog)

Olie op de knie aanbrengen

Hele knie schrapen: midden-zijkanten-om de knie heen

Alle randjes/kuiltjes etc. goed schrapen

Dit been weer neerleggen

Olie op het scheenbeen aanbrengen + binnenkant kuit

Scheenbeen schrapen t/m enkel (van boven naar beneden)

Binnenkant kuit schrapen t/m enkel

Bovenbeen, knie, onderbeen schoonmaken en afstrijken - van bovenkant bovenbeen t/m tenen

Dan 1x van beneden naar boven strijken

**ACHTERKANT:**

Klant op buik laten liggen

Voeten op een voetenrol neerleggen

De niet-te-behandelen-been afdekken met een deken of badlaken

Handdoekje doen bij pijp van slip en iets omhoog trekken (bil NIET nog een keer schrapen)

Olie aanbrengen op bovenbeen (zijkanten hoeven niet meer)

Bovenbeen schrapen (lange halen)

Olie op achterzijde knie aanbrengen

1 hand onder de knie leggen

Met andere hand op onderkant knie tappen/slaan tot het roze wordt

Hand onder de knie houden

Achterkant knie schrapen: midden –zijkanten

Alle randjes/kuiltjes etc. goed schrapen

Olie aanbrengen op kuit

Kuit schrapen t/m enkel (in 1 deel of 2 delen)

Onderkant voet ook een paar keer overheen (zonder olie)

Bovenbeen, knie, onderbeen schoonmaken en afstrijken - t/m tenen (over voet heen)

Dan 1x van beneden naar boven strijken

Handdoekje en slip weer naar normale plek brengen

Handdoekje verwijderen

KLAAR

Nu andere been net zo doen.

BORST-BUIKBEHANDELING:

Eerst borstbeen doen

Daarna buik

Totaal maximaal 20 minuten

Zachte delen van boven naar beneden schrapen

Harde delen opzij schrapen (ribben / sleutelbeen)

Borstweefsel NIET schrapen

Bij een verzakking: van beneden naar boven schrapen!

In midden beginnen, 1 of 2 banen ernaast en zo verder naar buiten werken

Starten onder het sleutelbeen

Zachtjes werken!

Niet met een te grote steen werken (kleine jadesteen of schelp is ideaal)

NIET opzoek gaan naar Sha!

BORST:

Klant op rug laten liggen

Handdoekje bij rand broek doen

Handdoekje over beha klant neerleggen

Olie op borstbeen aanbrengen

In het midden onder het sleutelbeen beginnen met schrapen

1 of 2 banen ernaast schrapen en zo naar buiten (evt. huid strak trekken)

Opzij onder sleutelbeenderen schrapen t/m schouders

Randjes bij schouders schrapen

Evt. ook de voorkant van de schouders schrapen

Laatste stuk richting oksels/zijkanten opzij schrapen -huid strak trekken

Huid schoonmaken

Afstrijken van boven naar beneden (t/m beha) - losjes over rand beha gaan

BUIK:

Olie op buik aanbrengen

In het midden onder de borsten schrapen tot aan navel

Huid straktrekken: hand ONDER de navel en naar beneden trekken

Banen ernaast schrapen (van boven naar beneden)

Ribben opzij schrapen

Onder de navel verder gaan + ook naast de navel

Huid strak trekken: hand BOVEN navel en naar boven trekken

Banen ernaast schrapen

Zijkanten ook schrapen -van boven naar beneden of opzij

Heuprand ook goed doen (evt. steen met punten naar de heup draaien)

Huid schoonmaken

Afstrijken vanaf onderkant beha t/m rand broek - losjes over rand broek gaan

Op deze manier is het bovenlichaam weer verbonden met het onderlichaam

Strijk je niet af, dan blijft de energie in het geschraapte gebied circuleren