

TSPP

TAPPETO PER STIMOLAZIONE PODALICA PROPRIOCETTIVA



DESCRIZIONE

Il tappeto stimolatore propriocettivo è un accessorio di facile utilizzo che da grandi risultati attraverso esercizi che vedremo di seguito. Il risultato che si ottiene è la sensazione di benessere generale che dai piedi si diffonde a tutto il corpo, grazie allo stretto rapporto tra tono muscolare e postura, come ci insegna la stessa Kinesiologia applicata. Le speciali punte di cui il TSP è rivestito hanno la funzione principale di attivare i meccanismi naturali di auto-guarigione del corpo, attraverso la stimolazione del sistema neuro muscolare e neuro sensoriale.

Infatti come ci insegna il neurologo J.P. Roll la sensibilità che ognuno di noi ha della percezione corporea ce lo consente l'apprendimento corporeo; la percezione corporea è insita all'interno delle cellule.

Il corpo umano è come una catena di ingranaggi, che si raddoppia e diventa anche sensoriale, le catene sono sovrapposte, muscoli e sensi diventano muscoli sensoriali e la pelle più i muscoli sono una coppia neuromuscolare.

La catena sensoriale parte dai piedi all'altra estremità del corpo.

PERCHE' USARE IL TSP

Attraverso il camminamento sul tappeto i vantaggi sono molteplici, tra i più importanti si annoverano:

- ❖ Stimolare i recettori induttori del tono posturale;
- ❖ Conferire elasticità al complesso muscolo-capsulo-articolare;
- ❖ Recuperare la mobilità delle articolazioni anchilosate;
- ❖ Rieducazione propriocettiva delle catene muscolari, anti-gravitazionali globalmente (perché la muscolatura della dinamica corporea, fasica, si inserisce sulle strutture ossee che necessitano di essere stabilizzate dalle unità motorie toniche della muscolatura paravertebrale profonda – muscoli erettori della spina: multifido, rotatori, intertrasversari, interspinosi, ecc.) e della muscolatura tonica che gestisce la stabilità delle articolazioni degli arti inferiori (caviglia, ginocchio ed anca).
- ❖ Riequilibrare i carichi.
- ❖ Ridurre la pressione interstiziale con attivazione del flusso linfatico vero la zona in cui la pressione si è ridotta.
- ❖ Decomprimere le terminazioni nervose con diminuzione del dolore.

Migliorare il flusso dei liquidi tramite il drenaggio linfatico e vascolare eliminando gonfiori, riducendo il calore tissutale in eccesso, con rifornimento di ossigeno ai muscoli.

La confezione contiene 4 tappetini di 4 diverse intensità e colore:

- 1 tappetino giallo (intensità "sabbia"),
- 1 tappetino verde (intensità "prato"),
- 1 tappetino azzurro (intensità "ciottoli")
- 1 tappetino fucsia (intensità "scogli")
- un manuale dedicato all'utilizzo quotidiano dei tappeti con un percorso di 18 esercizi della durata complessiva di circa 20 minuti.

Misure di ogni tappetino: 47 cm lunghezza x 35 cm di larghezza x 3 cm di altezza.