



Zechsal en massage

De producten van Zechsal zijn puur natuur. Ons magnesium is 250 miljoen jaar oud, onaangetast door mens en milieu en hoog geconcentreerd. Naast magnesium is er een cocktail van (minuscule) sporenelementen aanwezig in dit oeroude zout. Volgens sommigen draagt dit bij aan het heilzame effect van Zechsal.

De inzet van Zechsal bij (sport)massage verhoogt de intensiteit én het effect van de behandeling:

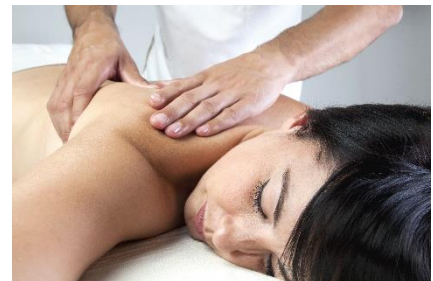
Zechsal ontspant: Het lichaamseigen magnesium van Zechsal komt via de huid direct in het interstitium. Daar is het op cellulair niveau vrijwel onmiddellijk actief, wat een diepe ontspanning geeft.

Zechsal herstelt: Zechsal helpt bij herstel van de spieren. Kramp verdwijnt onmiddellijk, spierpijn neemt af en gewrichtspijn wordt verlicht.

Zechsal ontzuurt: Het magnesium zorgt voor versnelde afvoer van melkzuur uit de spieren en draagt bij aan het herstel van de pH in het lichaam.

Producten en behandelwijzen

Het meest gebruikte Zechsal product door masseurs is de **magnesiumolie**. Zorg dat de huid schoon en warm is, eventueel eerst reinigen met een natte, warme doek. Spray de olie op het te behandelen lichaamsdeel en masseer licht in. Gebruik 10 tot 20 sprays (dit staat gelijk aan 120 tot 240 mg puur magnesium). Laat de cliënt even een paar minuten rusten zodat de olie kan intrekken. *Nb. Niet gebruiken in het gezicht en de hals, daar is de huid te gevoelig.*



Zechsal magnesiumolie is een product op waterbasis en blijft dus niet op de huid liggen (het wordt olie genoemd omdat het vettig aanvoelt). Vervolg de behandeling daarom met een normale massageolie. Door de extra ontspanning kunnen trigger points nog beter behandeld worden.

De **magnesiumgel** wordt meestal gebruikt om een deelpakking te geven. Hiermee krijgt het lichaamsdeel een boost aan magnesium binnen. De gelpakking wordt onder andere toegepast bij spierblessures, ontstoken pezen (bv. achillespees) of pijnlijke gewrichten (knie, enkel, schouder etc.). Deze behandeling verlicht de pijn en zorgt voor herstel van binnenuit.

Smeer het betreffende lichaamsdeel in met een laagje gel en dek dat af met folie of een warme doek. Laat ca. 20 minuten intrekken en spoel af.