



In unseren Händen enden zahlreiche Energiebahnen, die Körper und Organe miteinander vernetzen. Naturheilpraktiker und Physiotherapeuten wissen, dass der Druck auf bestimmte Punkte Reize auslösen kann, die die Selbstheilungskraft des Körpers stimulieren. Dabei sind jedem Organ oder Körperbereich Zonen auf den Händen zugeteilt. Eine Massage auf dem „Wirbelsäulenpunkt“ kann z.B. Verspannungen im Rücken lösen.

Durch die Vibrationen bei den Smovey-Übungen werden automatisch immer alle Handreflexzonen stimuliert. Zusätzlich kann man durch gezieltes rollen/massieren mit den Smoveys auf den Handflächen (auch Fußsohlen) & Handrücken die Punkte zusätzlich aktivieren.



**Reflexpunkte an der Handinnenfläche und auf dem Handrücken**

Die Reflexpunkte fast aller Organe und Drüsen befinden sich nicht nur an den Hand-Innen-seiten, sondern auch an den Handrücken. Schwingt man die Smoveys oder massiert damit die Handflächen oder Handrücken, dann energetisiert und harmonisiert dies alle jenen Organe, Drüsen und Funktionen, die sich an den Händen befinden. Der gesamte Körper wird wieder frisch und lebendig und energetisiert.

