

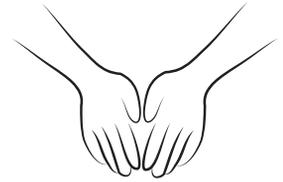
## INSTRUCCIONES

## MOVIMIENTOS



### Paso uno: dōTERRA Balance™

1. Comience con la introducción del aceite. Mantenga contacto con la persona que recibe el masaje durante toda la técnica.
2. Proceda a realizar tres círculos con las palmas en sentido de las agujas del reloj.
3. Separe las manos a lo largo de la columna vertebral hacia la corona y la base del sacro.



Tres círculos con las palmas



### Paso dos: Lavanda (Lavender)

1. Sin perder el contacto con la persona que recibe el masaje, realice la introducción del aceite.
2. Haga el deslizamiento de palmas alternadas.
3. Comience la activación de las cinco zonas.
4. Lleve a cabo la reducción del estrés auricular.



Deslizamiento de palmas alternadas



### Paso tres: Melaleuca

1. Sin perder el contacto con la persona que recibe el masaje, lleve a cabo la introducción del aceite.
2. Realice el deslizamiento de palmas alternadas.
3. Empezando con la corona de la cabeza, proceda con la activación de las cinco zonas.



Activación de las cinco zonas



### Paso cuatro: On Guard®

1. Sin perder el contacto con la persona que recibe el masaje, lleve a cabo la introducción del aceite.
2. Empiece con el deslizamiento de palmas alternadas.
3. Realice la activación de las cinco zonas.
4. Proceda con la caminata de pulgares estirando tejidos.



Reducción de estrés auricular



### Paso cinco: dōTERRA AromaTouch™

1. Sin perder el contacto con la persona que recibe el masaje, lleve a cabo la introducción del aceite.
2. Empiece con el deslizamiento de palmas alternadas.
3. Realice la activación de las cinco zonas.

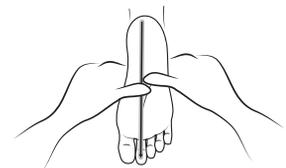


Caminata de pulgares estirando tejidos



### Paso seis: dōTERRA Deep Blue™

1. Sin perder el contacto con la persona que recibe el masaje, lleve a cabo la introducción del aceite.
2. Empiece con el deslizamiento de palmas alternadas.
3. Realice la activación de las cinco zonas.
4. Proceda con la caminata de pulgares estirando tejidos.



Activación de zona específica



### Paso siete: Naranja salvaje y Menta (Pies)

1. Realice la introducción del aceite (pie). Aplique la Naranja salvaje primero y después la Menta.
2. Comience el estiramiento del tejido regional.
3. Realice la activación de zona específica.
4. Proceda con la caminata de pulgares estirando tejidos.
5. Repita los pasos 1-4 con el otro pie.



Estiramiento regional de tejido



### Paso ocho: Naranja salvaje y Menta

1. Sin perder el contacto con la persona que recibe el masaje, lleve a cabo la introducción del aceite.
2. Aplique la Naranja salvaje (Wild Orange) primero y luego la Menta (Peppermint).
3. Empiece con el deslizamiento de palmas alternadas en el lado de la espalda más lejano a usted.
4. Proceda a realizar tres círculos de palmas en sentido de las agujas del reloj.

### Paso nueve:

1. Finalice realizando el movimiento linfático.