

# GUÍA RÁPIDA PARA LA TÉCNICA aromatouch®

## INSTRUCCIONES

## MOVIMIENTOS



### Paso uno: doTERRA 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. Realice 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: Árbol de Té (Tee Tree)

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. 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: 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**.

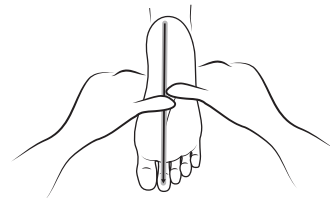


caminata de pulgares estirando tejidos



### Paso seis: 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**.

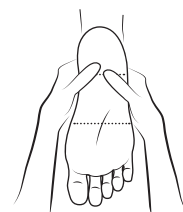


activación de zona específica



### Paso siete: Naranja salvaje y Menta (Wild Orange & Peppermint)

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**.