



Opvarmning og lejrning.

- 33: Formål med opvarmning er: at gøre klienten klar til at modtage zoneterapien. Man løsner led og sener og får kontakt med klienten, får et overblik over hvad fødderne "fortæller" f.eks hård hud, kolde fødder osv. 5
- 34: Lejrning af klient: klienten skal ligge afslappet på briksen med tilpas hovedhøjde (øjeblikkelig kontakt) evt. med et tæppe over sig (kan få lidt kuldefornemmelser under behandlingen). Kan have brug for at løsne eks. livrem, armene skal helst ligge langs kroppen. Når disse betingelser er opfyldt, modtages behandlingen bedst. 5
- 35: Man starter med at "hilse" på fødderne for at skabe tillid hos klienten og få kontakt. 3
- 36: Afslutning på opvarmningen ved at holde på solar plexus har den virkning, at det er afslappende og beroligende så klienten fysisk og mentalt er afslappet, klar til at få behandlingen. 3

