

## Milzstrom

Zur Allgemeinen Aufladung der Energiebatterie

- für die tägliche Anwendung -

Lege deine Hand ohne Druck mit guten Kontakt auf folgende Körperstellen und entspanne

3-5 Minuten je Schritt

1. Rechte Hand auf die Innenseite des rechten Knöchels (SES 5)  
Linke Hand auf das Steißbein
2. Rechte Hand auf den unteren linken Rippenbogen (SES 14)
3. Linke Hand über die rechte Brust (SES 13)
4. Linke Hand links unter das Schlüsselbein (SES 22)

Wenn es dir die Zeit erlaubt kannst, du diesen Strom auch auf der anderen Körperseite entsprechend anwenden

