

Spis treści

Recenzenci	vi
Współautorzy oraz prezenterzy technik masażu na płytach DVD w I wydaniu książki	vi
O Autorze	vii
Słowo wstępne	viii
Wprowadzenie	ix
Podziękowania	xi

Rozdział 1: Wprowadzenie do palpacji	1
--------------------------------------	---

Rozdział 2: Sztuka i nauka palpacji mięśni	6
--	---

Rozdział 3: Techniki okrywania i podstawowe techniki masażu	20
---	----

Rozdział 4: Mechanika ciała terapeuty manualnego	30
--	----

Rozdział 5: Anatomia, fizjologia i terapia punktów spustowych	46
---	----

Rozdział 6: Stretching	60
------------------------	----

Rozdział 7: Palpacja kości kończyny górnej i jej więzadła	73
---	----

Rozdział 8: Palpacja kości szkieletu osiowego oraz ich więzadeł	95
---	----

Rozdział 9: Palpacja kości kończyny dolnej oraz jej więzadła	113
--	-----

Rozdział 10: Palpacja mięśni obręczy barkowej	134
---	-----

Rozdział 11: Palpacja mięśni szyi	186
-----------------------------------	-----

Rozdział 12: Palpacja mięśni głowy	227
------------------------------------	-----

Rozdział 13: Palpacja mięśni ramienia	266
---------------------------------------	-----

Rozdział 14: Palpacja mięśni przedramienia	293
--	-----

Rozdział 15: Palpacja mięśni w obrębie ręki	335
---	-----

Rozdział 16: Palpacja mięśni tułowia	368
--------------------------------------	-----

Rozdział 17: Palpacja mięśni miednicy	418
---------------------------------------	-----

Rozdział 18: Palpacja mięśni uda	443
----------------------------------	-----

Rozdział 19: Palpacja mięśni podudzia	483
---------------------------------------	-----

Rozdział 20: Palpacja mięśni stopy	522
------------------------------------	-----

Skorowidz	553
-----------	-----

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20