

התוכניות השונות במכשיר HiDow XPDS18

תוכנית 1 דחיפה: מדמה אגודלים, אצבעות וכפות של טיפול בעיסוי אמיתי. התחושה מרגישה כמו רטט. מתמקדת יותר מתח ולחץ במקום העיסוי. מסייע בפירוק כיסי חומצה לקטית בשרירים ועוזר להחזיר גמישות וטווח תנועה מלא באותו אזור.



תוכנית 2 אקוויפרשר: פעימה מהירה וממוקדת, המתמקדת בנקודות לחץ. דומה מאוד לאקופונקטורה סינית.



תוכנית 3 הקשה: עיסוי רקמות עמוק נותן תחושת הקשה מוצקה. על ידי הקשה על השריר אתה הגוף מגדיל את זרימת הדם ואת אספקת החמצן לאזור ממוקד. עוזר לשטוף כל דלקת או נפיחות באזור הנקודתי.



תוכנית 4 "אבנים חמות": עיסוי שרירי מרגיע המדמה עיסוי ידני עם תנועות ארוכות ומתגלגלות על רקמת השריר.



תוכנית 5 "כוסות רוח": עיסוי שרירי המדמה עיסוי כוסות סינית, מיצר פעימות אשר מושכות את השריר ומשחררות. מושך את הדם והרעלנים על פני השטח. שימושי עבור הרגעת שרירים והתכווצויות. מגביר את גמישות השריר וטווח התנועה שלו.



תוכנית 6 "קומבינציה" שילוב של מצבים 1,4,5 תוכנית מצינת להתאוששות לאחר אימון.



תוכנית 7 "לחיצת מרפקים" מצב המדמה טיפול על ידי לחיצה על הגוף עם המרפק. נועד להקל על כאבי עווית שרירים.



תוכנית 8 "נקודת לחיצה (טריגר פוינט): מדמה עיסוי על ידי לחיצה על נקודות לאורך המרידיאנים עם קצוות האצבעות. משמש כדי להקל על עייפות, לשמור על בריאות אנרגטית ורוגע.



תוכנית 9 "רפלקסולוגיה": מצב המיועד לשימוש עם אביזר "AcuSlippers". מצב המדמה רפלקסולוגיה באמצעות מספר תבניות גירוי שונות.



תוכנית 10 "עיסוי אוזניים": תוכנית המדמה "דיקור אוזני" לשימוש עם EarClips המסופקות עם חלק מהמכשירים. עובד בשתי דרכים. על ידי סימולציה של גלי אלפא במוח הידועים בעזרה לדפוסי שינה, התנהגות ושחרור אנדורפין להקלה על מיגרנות וכאבי ראש.



תוכנית 11/12 "תת זרם": שתי תוכניות המשולבות לתוכנית אחת. מצבים דומים אך שונים בתדירות. זרם מיקרו ידוע גם בשם "ביו אלקטריאליזם אנושי". התוכנית מגדילה את זרימת המיקרו לאזור. תקל על נפיחות, כאבי שרירים, ושיפור ביצועים.



תוכנית 13 "חימום": תוכנית המיועדת להעלות את הטמפרטורה ולהרחיב את טווח התנועה של השרירים, המפרקים והרצועות. לשפר התכווצות שרירים וגמישות. חימום טוב הוא המפתח לשיפור איכות האימון ומניעת פציעות ספורט.



תוכנית 14 "חיזוק שרירים": תוכנית שמטרתה לשפר את איכות האימון, לחזק את השרירים ולסייע במניעת פציעות ספורט. תוכנית זו יכולה לשמש גם כדי לספק תרגיל גופני מתאים אשר יכול להאיץ את זרימת הדם של רקמות שריר פגוע ולקדם את סינתזת החלבון כדי להאיץ את שיקום השרירים.



תוכנית 15 "שחרור": תוכנית המיועדת לשחרור והרפית שרירים מתוחים לאחר אימון.



תוכנית 16 - כיווץ והחזקה: מצב זה כולל את הכיווץ הארוך ביותר ב-HiDow. נועד לדמות תנועת פלקס כדי לעזור בבניית רקמת שריר.



תוכנית 17 "גל עולה": שילוב של "תפיסה" ו"הקשה" על השריר. ה"הקשה" תפרק את החומצה הלוקטית ו הרעלנים בשריר. העיסוי מתחיל לאט תתחיל ומאיץ עד שהוא מגיע לכיווץ ושחרור מלא, אז באופן אוטומטי להיכנס למעגל של 5 סוגים שונים של תרפיה טיפוליות.



תוכנית 18 "הקשה ולשה": שילוב של פעימות מהירות ואיטיות. עיסוי המשלב לסירוגין שני מצבי עיסוי פופולריים להקלה על כאבים ועיסוי יעיל.

