

## Cupping og MuscleCup®

### Hvad er cupping?

Cupping er blevet brugt igennem flere tusinde år af forskellige kulturer og verdensdele som Egypten, Kina, Grækenland, Afrika og de østeuropæiske kulturer. Den mest udbredte anvendelse har været i traditionel kinesisk medicin (TCM).

Cupping går ud på at man skaber et vakuum i en hul genstand og sætter den på huden. På grund af vakuummet i koppen trækkes blod op mod koppen.



*traditionel stationær cupping. Mærkerne er affaldsstoffer fra muskler og bindevæv.*

Cupping er et fantastisk redskab til at øge blodgennemstrømningen i kroppens muskulatur, led og bindevæv. Det fjerner hurtigt spændinger og smerter som ofte skyldes stagnation og affaldsstoffer.

Cupping kan udføres på flere forskellige måder.

### Traditionel cupping

- Cupping massage
- Stationær cupping

Cupperne kan både sættes på muskler og led, hvor de suger affaldsstoffer ud af både muskler og bindevæv, hvorved området kan restituere bedre og hurtigere.

### Moderne cupping

Samme som traditionel, men med et apparat som meget præcist holder det akkurat ønskede vakuum.

Cupperne er tilsluttet apparatet via slanger. Dette betyder at cupperne ikke står og tåber vakuum, som i det traditionelle cupping.



### MuscleCup®

MuscleCup® behandling er en nyere opdagelse som er særdeles velegnet til sportsfolk.



*MuscleCup® behandling, optimer din træning.*

Disse meget større cupper, giver en helt anden effekt end de små (traditionelle) cupper, da de arbejder mere på de store muskelgrupper, hvor de suger affaldsstoffer ud af muskler og bindevæv, samtidig med at de suger frisk blod ind i musklen, så musklen bliver optimeret.

Dette resulterer i en forøget styrke og en væsentlig nedsat restitutionstid.