



MASSAGE PADA TELAPAK KAKI



EFFLEURAGE

Teknik Effleurage adalah Gerakan mengusap telapak kaki diawali dengan menempelkan telapak tangan pada telapak jari kaki kemudian mengusap sampai tumit dan kembali ke posisi awal, lakukan gerakan sebanyak 5 kali pengulangan

PETRISSAGE

teknik petrissage adalah Gerakan yang dilakukan dengan kedua ibu jari memijit telapak kaki dari telapak jari sampai tumit. Bisa juga menggunakan satu ibu jari dari samping telapak kaki.



EFFLEURAGE

Effleurage, dilakukan sama seperti Effleurage yang pertama hanya saja penekanannya dikurangi.

