

DESCRIZIONE DELLA MANOVRA

Roufa 揉法 **Manovra di frizione circolare**

TRADUZIONE	Rou: impastare, Fa: metodo.
CATEGORIA	Manovre con prevalenza dello scivolamento sul tessuto sottostante (frizioni).
ESECUZIONE	La manovra consiste nel praticare una frizione circolare. Si provoca uno strofinamento superficiale tra la parte con la quale l'operatore esegue la manovra e la zona trattata. Nell'esecuzione la frizione non è uniforme: si distingue una fase di andata da una di ritorno in ogni cerchio. La fase di andata è leggermente più energica rispetto a quella di ritorno, senza che questo tolga armonia alla manovra.
DOVE SI ESEGUE	Si può praticare su qualsiasi zona del corpo.
ERRORI COMUNI NELL'ESECUZIONE	Se l'esecuzione è energica, può venire a mancare lo strofinamento, che invece dev'essere sempre presente.

ESECUZIONE DELLA MANOVRA

con la radice della mano



con la punta di uno o più dita

