

DESCRIZIONE DELLA MANOVRA

Tuifa 推法 **Manovra di spinta lineare**

TRADUZIONE	Tui: spingere, Fa: metodo.
ALTRI NOMI	Pintuifa.
CATEGORIA	Manovre con prevalenza dello scivolamento sul tessuto sottostante (spinte).
ESECUZIONE	La manovra consiste in una spinta rettilinea unidirezionale. Se eseguita a contatto con la pelle, a volte necessita l'uso di un mezzo interposto (crema, olio, ecc.) per diminuirne l'attrito.
DOVE SI ESEGUE	Generalmente eseguita lungo le linee del percorso dei Meridiani, si può praticare su qualsiasi zona del corpo. Si deve fare attenzione a non danneggiare la pelle durante lo strofinamento.
ERRORI COMUNI NELL'ESECUZIONE	La manovra non scivola, dando una sensazione spiacevole di attrito.

ESECUZIONE DELLA MANOVRA

con la faccia palmare della mano

