**Калибровка карты тела** - это система упражнений по оздоровлению, восстановлению и омоложению организма, путем особых прикосновений к определенным точкам на теле. Упражнения основаны на невероятных находках ученых в течение последних лет.

Упражнения:

= Снижают уровень тревожности и стресса,

= Нормализуют работу иммунной системы, что снижает симптомы аллергий, и других аутоиммунных заболеваний,

= Эффективны против нарушений пищевого поведения,

= Улучшают координацию и баланс,

= Увеличивает либидо,

= Уменьшает боли, в том числе хронические, и предположительно, мигрени,

= Понижают проявление симптомов симптомы депрессии,

= Ведут к улучшению сна и помогают при бессоннице,

= Могут применяться при реабилитации после травм, операций и инсультов и инфарктов,

= Применимы при профессиональных дистониях,

= Помогают при различных нарушениях речи, например, при заикании.