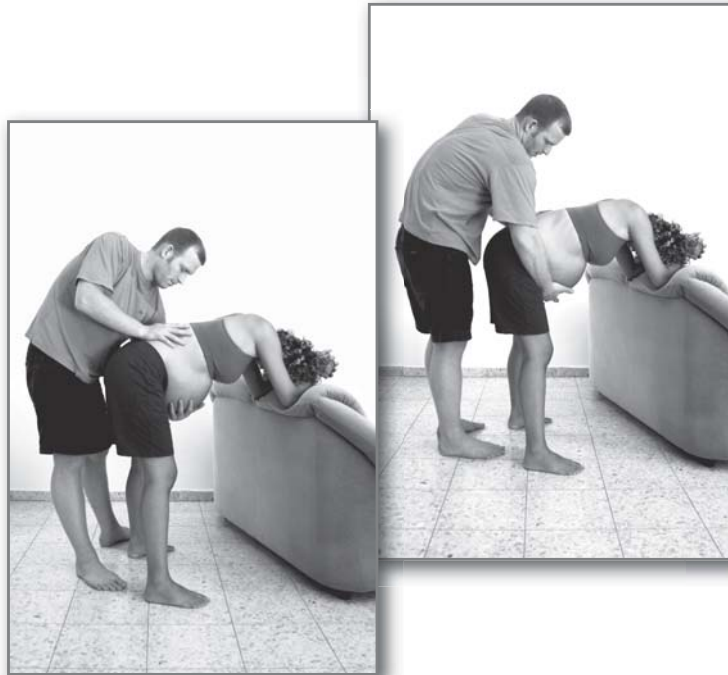


עמידה עם הגב או עם הפנים לבן הזוג



עיסוי לאורך כל הגב (מהאגן עד השכמות) בתנועות ארוכות, הידיים פועלות יחד מעלה ומטה או בכיוונים מנוגדים - יד אחת מעלה והשנייה מטה

הגוף רכון לפנים, נשען על משענת כורסה/ספה



בן זוג

יד אחת של בן הזוג תומכת בבטן, היד השנייה מעסה את הגב התחתון

ישיבת עקבים על מושב הכורסה/ספה, הפנים למשענת, פלג הגוף העליון נשען עליה  
בן הזוג עומד מאחורי המשענת, פניו לאישה



עיסוי לאורך הגב - מהשכמות עד האגן, בתנועות איטיות וארוכות

שכיבה על הצד על המיטה, הרגל התחתונה כפופה לבטן



בן זוג

בן הזוג/מלווה מניע את הרגל העליונה בתנועות טלטול ובמקביל מניע את הכתף לכיוונים מנוגדים