

CHECK UP Q Disk Bianchi



RIEQUILIBRIO ENERGETICO

1 QUESTIONARIO:

Da compilare prima dell'applicazione e dopo l'applicazione dei Q disk Bianchi di 28 gg (compilare almeno 3 punti)

PUNTI DI VALUTAZIONE	PRIMA DELL'APPLICAZIONE	DOPO L'APPLICAZIONE DI 28 GG
Individuare un problema specifico		
livello dolore generale da 1 a 10		
Quante volte va di corpo al gg/settimana		
Qualità del sonno da 1 a 10? Risvegli notturni prolungati?		
Livello di energia durante il giorno da 1 a 10		
Prova elasticità		
Prova forza (es quante bottiglie d'acqua sollevi o per quante ripetizioni?)		
Prova equilibrio (quanti secondo stai su una gamba sola?)		

APPLICARE Q DISK BIANCHI:		SEGNARE "F" SOLO SE FORTE:
1- PUNTO DIETRO E PUNTO DAVANTI		
2- SOLO PUNTO DIETRO		
3- SOLO PUNTO DAVANTI		
PUNTI DIETRO	Segnare solo "F" se forte	E' PRIORITARIO
BASE COLLO		
SACRO		
TERZO OCCHIO		
PUNTI DAVANTI	Segnare solo "F" se forte	E' PRIORITARIO
GOLA		
TIMO		
CUORE		
STOMACO		
INTESTINO TENUE		
INTESTINO CRASSO		

APPLICARE Q DISK SUL DOLORE (O PROBLEMATICA SPECIFICA)		SI		NO
TESTARE IL PERIODO DELLA GIORNATA PER L'APPLICAZIONE				
1 – APPLICARE Q DISK GIORNO E NOTTE				
2 – APPLICARE Q DISK SOLO DI GIORNO				
3 – APPLICARE Q DISK SOLO DI NOTTE				

RIEPILOGO RIEQUILIBRIO ENERGETICO

PUNTO DIETRO	
PUNTO DAVANTI	
PUNTO SUL PROBLEMA	
PERIODO DELLA GIORNATA	
DURATA APPLICAZIONE "Q DISK"	28 GIORNI, FINO AL
PROSSIMA APPLICAZIONE	Dopo 28 giorni

L'applicazione dei q disk deve avvenire nel seguente modo:

1-mettere un pezzo di nastro di carta sul corpo

(se caldo o devo fare sport, lavare la pelle, e mettere del limone, asciugare bene e poi applicare il nastro)

2-prendere un altro pezzo di nastro e attaccargli il q disk e poi metterlo sopra al nastro che è già attaccato sul corpo.

Il q disk deve essere in mezzo tra i due nastri (nastro-q disk-nastro)

Il nastro da utilizzare deve essere per utilizzo sul corpo. No nastro di carta che si usa per lavorare. Il migliore è 3 M e ci sono 2 tipi:

Per sportivi: resiste al sudore https://www.amazon.it/3M-Duraporechirurgico-anallergico-confezione/dp/B0741B5B2D/ref=sr_1_8?keywords=nastro+adesivo+3M&qid=1563998635&s=sports&sr=1-8

Normale:

https://www.amazon.it/3M-Micropore-chirurgico-anallergicoconfezione/dp/B07419ZDDG/ref=sr_1_4?keywords=nastro+adesivo+3M&qid=1563998635&s=sports&sr=1-4

Ogni volta che si fa la doccia togliersi i Q disk e lavarsi bene la parte del corpo che aveva sopra il nastro.

E' obbligatorio una volta al giorno cambiare il nastro sulla pelle, in quanto il corpo rilascia tossine dalla pelle e rimanere a contatto con la colla del nastro può dare irritazione.

E' necessario bere acqua durante il giorno per il buon funzionamento dei q disk. Se non si beve i q disk non funzionano.

*Il presente Corso è protetto da **diritto d'autore** e non è possibile modificarlo, copiarlo, regalarlo né venderlo in alcuna forma, se non tramite la **pagina ufficiale di vendita** sul sito www.rqi.me*

Grazie infinite per la tua Fiducia e un augurio di Serenità!

Tutti i Report, Corsi, Video-Corsi e il

Metodo RQI®

sono un'esclusiva **RQI**.

Sito: www.rqi.me

Email: info@rqi.me