

# DOR MENSTRUAL

- 1) PRECE – PEDIR AJUDA AO MENTOR - Estabelecer Relação Magnética.
- 2) LONGITUDINAIS Completo Progredindo (2x).
- 3) TRANSVERSAIS Progredindo GENÉSICO (3x).  
TRANSVERSAIS Progredindo REGIÃO DA DOR (3x).
- 4) IMPOSIÇÃO GENÉSICO (ATÉ 15).
- 5) TRANSVERSAIS Progredindo GENÉSICO (3x).
- 6) TRANSVERSAIS Progredindo GÁSTRICO (3x).  
TRANSVERSAIS Progredindo DORSAL GÁSTRICO (3x).
- 7) IMPOSIÇÃO GÁSTRICO (ATÉ 15).
- 8) TRANSVERSAIS Progredindo UMBILICAL (3x).  
IMPOSIÇÃO UMBILICAL (ATÉ 15).
- 9) LONGITUDINAIS Completo (1x).
- 10) ALINHAMENTO GERAL Completo (1x).
- 11) PERPENDICULAR Completo Progredindo (1x).
- 12) FLUIDIFICAR A ÁGUA (se presencial para levar); (se a distância, orientar o assistido). (TOMAR 2x ao DIA)