



# BAUME DU TIGRE LA BOUTIQUE

Quelles utilisations pour la pommade muscle rub baume du tigre ?



## Savoir utiliser la pommade muscle rub baume du tigre

La pommade muscle rub baume du tigre est une crème spéciale pour les muscles, particulièrement adaptée contre les (courbatures, crampes, etc...), la pommade muscle rub est aussi la meilleure alliée du sportif qui souhaite parfaire son entraînement.

La plupart des personnes utilisent le muscle rub avant l'entraînement ou après, pour éviter les courbatures et les contractures musculaires.

Avant un effort, la pommade permet de bien échauffer les muscles et d'éviter les risques de blessures.

En premier lieu conçue pour les sportifs de haut niveau, qui ont l'habitude de solliciter leurs muscles ou de recevoir des coups, la crème convient tout aussi bien aux amateurs et aux personnes souhaitant apaiser leurs douleurs.

Avant ou après l'effort, la crème pénètre le muscle et soulage rapidement les signes de contracture.

Comme tous les produits de la gamme baume du tigre, les ingrédients actifs sont naturels.

Mais reste contre-indiquée chez la femme enceinte et chez la maman qui allaite son bébé, et le produit doit être mis à distance des enfants de moins de 5 ans.

[www.baume-du-tigre.fr](http://www.baume-du-tigre.fr)

Votre boutique en ligne du baume du tigre original – Garanti à 100%



# BAUME DU TIGRE LA BOUTIQUE

## Les douleurs musculaires :

La contracture d'un muscle est souvent associée à une souffrance physique. Elle est généralement causée par une sollicitation trop importante des tissus musculaires ou par un faux mouvement. Parfois, même le stress peut être l'origine du problème.

La crème muscle rub (spéciale muscle) est parfaitement adaptée à une utilisation quotidienne pour les douleurs musculaires. Pour cela, votre muscle doit être propre et sec, ensuite utiliser la pommade avec une noisette sur votre main et appliquer par friction à une vitesse assez rapide et non par massage.

Néanmoins, on peut faire un léger massage circulaire, mais pas trop en profondeur, ensuite laisser la pommade agir. Répétez l'application plusieurs fois par jours si nécessaire.

## Les rhumatismes :

Le rhumatisme se traduit par des maux au niveau des muscles, les articulations, des tendons, les os, le mal de dos. On compte aujourd'hui un grand nombre de maladies liées aux rhumatismes. La pommade muscle rub traite en majeure partie tous les cas de rhumatismes.

L'application de la pommade muscle rub baume du tigre se fera par application de la crème qui sera ensuite chauffée entre les doigts, ensuite prenez bien le temps de frictionner à une vitesse assez rapide la partie du corps endolorie que vous voulez traiter.

Toujours penser à bien nettoyer la zone douloureuse et qu'elle soit bien sèche.

Répétez ses frictions plusieurs fois par jours en cas de douleur.

## Avant un effort sportif :

Avant de pratiquer une activité sportive, déposer un peu de crème sur la main, et appliquer la sur les zones susceptibles d'être atteintes par votre activité et frictionner bien vos muscles pour leur conférer une certaine flexibilité.

La pommade tiger balm muscle rub permettra de chauffer en avance vos muscles et de les préparer à encaisser d'éventuels claquages ou d'éventuelles raideurs musculaires. Toujours bien nettoyer la zone à traiter avant l'application.



# BAUME DU TIGRE LA BOUTIQUE

Après un effort sportif :

Le massage de décontraction donne sa pleine efficacité après un effort sportif ou une longue marche. Souvent après un entraînement ou une compétition intensive, des douleurs surviennent, c'est là que la pommade baume du tigre muscle rub va faire son effet.

Une fois la boîte ouverte, prener une petite quantité de crème muscle rub dans vos mains, et appliquer la avec des gestes lents et profonds, en insistant sur les muscles durcis par l'effort.

N'oublier pas de ne jamais appliquer la pommade muscle sur une brûlure ou une peau abimée, ainsi que prêt des muqueuses. Toujours bien faire attention que la zone a traité est bien sec et propre.

Si vous avez d'autre question sur la pommade baume du tigre pour les muscles, n'hésitez pas à nous contacter, nous répondrons rapidement à votre demande.



[www.baume-du-tigre.fr](http://www.baume-du-tigre.fr)

Votre boutique en ligne du baume du tigre original – Garanti à 100%