שלום

הליכה רגלי טיפוני משנה את
הצירים הפיזיולוגים של הגוף,
מ'שרת את הקשת הלורדוטית של
עמוד שידרה מותני ומקלה ע"י כך
על כאס הגב
מורמת ל-שור הבירכיים ומשחררת
עקב כך את מיפרקי הבירכיים.
מותחת את מיד אכילס ומשחררת
את מיד הפלנטר פסוה בכפות רגליים
ומקלה על כאס רגליים וכפות הרגליים.

בברכה
[illegible]