

# 美国评出：长寿的运动方式 走鹅卵石路 踩出“百岁奇迹”

●太行山深处有个石头村，人们从出生就要在石头路上走一辈子，这里百岁以上的老人有38位；  
●非洲南部有一个神秘的小岛，那里的人从不得高血压、风湿、失眠、便秘等病，原因是他们长年赤脚在山路上行走；  
●阿尔卑斯山脉，人们赤脚在石头路上行走，七八十岁头不晕眼不花，身体强健。

世界第一长寿运动：

## 脚踩卵石路

美国3S健康机构：在散步、跑步、打球、打桥牌、跳舞等全球400项健身方式中，源于中国中医的脚踩鹅卵石路，被评为全球最祛病长寿的健身方式，每天坚持



走鹅卵石路，对足底进行全方位的按摩，不但强身健体，预防疾病，对高血压、心脏病、糖尿病、风湿病、失眠、关节炎、

前列腺病等多种慢性病有辅助治疗作用，同时让人体保持最佳的免疫状态，拥有一个积极的生活状态。

世界卫生组织约翰博士指出：经常走鹅卵石路的老年人患病几率为16%。美国政府部门鼓励人们在公共场所修建鹅卵石路，甚至有的医生鼓励患者每天去踩鹅卵石路，踩鹅卵石路成为治疗疾病的一种有效手段。

## 智能鹅卵石路问世

现在昆明福禄寿喜健身器材有限公司在依据鹅卵石路健身法原理基础上，采用托玛琳和锗石为原料开发出新型智能型鹅卵石路，只要踩上，人体自身重力对足底反射区穴位进行按摩，人有多重，按摩力度就有多大，这比足疗按摩力度要强百倍。同时，托玛琳和锗石释放出的远红外线和负离子，对

人体有很好的祛病保健作用，以前走2年鹅卵石路的效果，现在只需2个月便可达到。

很多人反映：踩上后浑身轻松，不疲劳，15天踩没便秘，肠胃好，一个月踩掉失眠高血压，今年冬天，连多年的哮喘病都好多了。

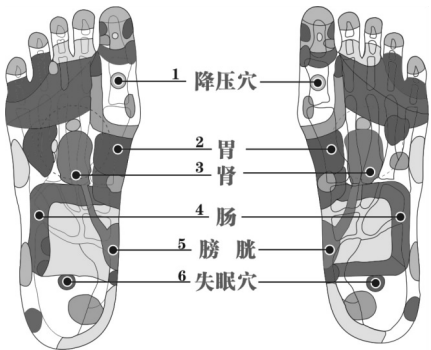
## 对糖尿病、冠心病效果极佳

实践证明：智能鹅卵石路对糖尿病、冠心病效果极佳。

当足底踩到智能鹅卵石路上时，足底按摩功能很明显，没有按摩足部时，足部血流速度为12毫米/秒，而当全面按摩足部后，足部的温度会升高，血流速度加快，可达25毫米/秒，可以打通经络，改善血液循环，减轻心脏负担，使新陈代谢提高，心脏病和糖尿病都可以得到有效缓解。

## 健康指南

### 叫板打针吃药 挑战健康奇迹



患者反应：刚开始走疼得受不了，走走疼痛消了，走上一个月睡眠好，血压降了，血糖稳了，腰好肾强，比打针吃药效果还好，太神了！中医讲痛则不通，通则不痛，经络一通，很多疾病就实现自然康复。

失眠从此不吃药：常有夜里无法熟睡的人，按足底失眠穴立感疼痛，用拳头敲击此区，即可进入深度睡眠的功效，这是解决失眠症的特效区，坚持足底锻炼，打通此区，从此不用吃药就能天天一觉到天亮。

肾虚从此卸下包袱：俗话说：十人九虚，一过中年就有肾虚、腰膝酸软、尿频、尿急、脱发、乏力、功能下降、关节疼痛等现象，在足底找到肾脏膀胱反射区，坚持按摩此穴，这些病症很快消除，从此让男人卸下包袱。

高血压稳稳的降下来：足底脚尖出专有降压穴，是一个降低血压的特效穴位，如有疼痛，存在高血压危险，疼痛越剧烈，高血压越重。只要坚持足底锻炼，待到疼痛消失，血压自然稳定于正常，达到停药降压药的效果，非常神奇。

肠胃从此远离病痛：在足底，肠胃反射区占的位置最大，按此区，如果有疼痛或硬结，有胃痛、胃胀、胃酸、便秘、腹泻、消化不良、食欲不振的毛病，坚持按摩足底，症状很快全消，越走越舒服，肠胃疾病实现自然康复。

自古就有“赤足走一走，活到九十九”的说法，步多健托玛琳能量走毯，帮你把“鹅卵石路”铺进家里，每天按摩双脚68个反射区，踩没疾病，踩出健康。

# 中老年祛病长寿出新招： 把智能卵石路 搬回家

近日，有着智能卵石路之称的步多健能量走毯，在全国掀起了户内健身热浪，尝到甜头的人们大呼过瘾！无论是天冷无法到户外运动的老年人，还是平时缺少锻炼的中年人，纷纷响应。每天踩上10分钟，气血顺畅，浑身轻松；踩上15天，血压平稳、排便通畅、天天睡得香；踩上一个月，胸闷气短、四肢麻木、肾虚乏力，从此不再来。

## 怪！踩上疼的直叫 奇！越疼你越上瘾

脚刚一踏上，疼得出了汗，这说明身体有问题，走5分钟，脚底就开始冒火，特舒服，一股接一股热量游走双腿贯通全身，气血顺畅，浑身轻松，真的感觉到它的能量。专家指出，通则不痛，痛则不通，足底穴位反应脏器功能，哪一穴位疼对应的脏器就有毛病，只要坚持用步多健能量走毯做足底锻炼，疼痛慢慢就会消失，像胸闷气短、肾虚



乏力等一些疾病就自然治愈。

## 奇迹！踩上一个月 眼好、血压稳、肾不虚

踩上一个月，睡眠越来越好，排便通畅了，就连血压也平稳了，尿频尿急的毛病全没了，你会发现越踩越轻松，越踩越健康。步多健能量走毯融入了托玛琳、锗石、远红外等高科技理疗手段，使走鹅卵石路的效果有了数十倍的提升，通过人体能量测试，走鹅卵石路，只能疏通腰部以下的经络，而走步多健能量走毯，能使全身的经络畅通起来。

## 看！释放负离子 感觉像在森林里锻炼

步多健能量走毯铺进家里，就可释放有益健康的负离子，白天头脑清新、呼吸顺畅、眼不花、耳不鸣，晚上睡眠好，胜过栽种十盆花。研究证实：负离子可扩张血管，可解除血管痉挛，降低血压，改善心脏功能和心肌营养，可预防各种心脑血管疾病的发生。

## 奇迹！78岁老太踩卵石路 睡的香、排便通畅

说起踩卵石路，要追溯到10年前，一次偶然的机会，马大娘在公园里看到用鹅卵石铺的小路，“当时试探着在上面走了一圈，一块块石头‘咯’在脚心，感觉



挺舒服的，于是就坚持下来。”让邻居们惊奇的是，10年来马大娘几乎没生过病，而且便秘、手脚麻、失眠的老毛病全没了，后来，儿子听说卵石路能直接铺进家里，就买了一条“步多健能量走毯”。据马大娘说，这步多健与以前的卵石路相比有两点优势，第一，不用出门，非常方便，光着脚踩，作用更直接；第二，添加托玛琳、锗石等对人体有益元素，踩10分钟的效果，比过去踩两个小时的效果还好，现在78岁的马大娘连上6楼，都不觉得喘，身体特别硬朗。

## 3个月踩掉心慌胸闷、尿频 高血压稳在130/90

已过六旬的何万富老人得高血压12年了，还伴有心慌、胸闷，听朋友说走鹅卵石路对他的病有益，何大爷就坚持每天在小区的鹅卵石路上走。一走就是半年，去



医院检查，血压真的降下来了，可让何大爷闹心的是，眼看就到冬天了，天冷根本没法出去锻炼了。

正当老人躺在床上发愁时，喜从天降，儿子出差回来给他买了步多健能量走毯，在家就能踩的鹅卵石路。何大爷当天踩上就感觉脚底发热，浑身上下特舒服，比在外面锻炼的效果来得还快，现在已经坚持3个月了，血压一直稳在130/90，心慌、胸闷症状全消失了，骑自行车买菜完全没问题，更让何大爷惊喜的是，尿频尿急的毛病也没了。

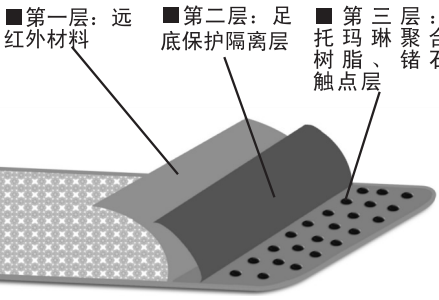
## 手脚不凉、眼睛亮了 血糖踩踩就降了

糖尿病患者，平时吃的多、排的多，总觉得浑身乏力，没精神，血糖最高的时候20.6。他爱人就是医生，给他吃了很多药都不管用，买了步多健之后，按照对照图，他摸了摸胃和胰的反射区，发现这两个区域很硬、很高，这说明糖代谢可能不平衡了，用步多健足底全息反射区疗法，在家走了3天的时候，就觉得有精神了，浑身有力气了，轻松在家走了3个月，结果血糖降下来了，疗效非常好。



提示：糖尿病患者，胃和胰的反射区摸起来反而是软的，没感觉了，这不是说糖代谢平衡了，而是打胰岛素引起的。

# 踩！踩！踩掉全身病 步多健能量走毯



托玛琳：拥有自然界的“火石”之称，是5000-7550万年前火山喷射出的熔岩埋于地下，能释放大量的负离子，促进人体新陈代谢，调节心脏节律和血液循环功能。

锗石：自然界罕见的能量石，它所释放的能量，可疏通人体经络，排除体内毒素，具有消除疲劳、改善微循环、通经活络的功效。

刚走完：感觉脚特别舒服，气血通畅，浑身都轻松。

踩上15天：睡觉踏实了，不乏力浑身有劲，高血压患者头晕和风湿患者的疼痛减轻了，排便通畅、耳聪目明、头脑清亮。

踩上一个月：一觉能睡到大天亮，

订购电话：0371-68212128 68213366 68211299

经销地址：紫荆山百货大楼二楼医药部 亚细亚负一楼医药部二区 商业大厦一楼医药部0区 怀仁堂大药房（黄河路服装市场东侧）保和林药店（世纪联华经三路店一楼）同禧堂大药房（市五院对面）瑞康大药房（陇海路骨科医院东50米）上街：绿岛时尚雕像西北角 荥阳：建业百货负一楼西药专柜 巩义：金博药店（新兴路金好来大卖场）新郑：绿岛时尚（文化路华清园对面）新密：银基商城医药柜（原香港大厦）登封：十全堂嵩山广场 中牟：绿岛时尚（新潮影院西50米路北）

浑身有劲，精神十足，胸闷气短、四肢麻木、肾虚乏力，尿频尿急，从此不再来。

每天坚持走15分钟：不打一支针，不吃一片药，腰不酸、腿不疼、睡眠好、精神足，血压平稳，一身毛病走无踪，多活30年。

郑重承诺：

踩满30天  
不满意退款