



องค์การบริหารส่วนจังหวัดน่าน

# การดูแลสุขภาพด้วย กายบริหาร มณีเวช

เป็นศาสตร์เกี่ยวกับการจัดสมดุลโครงสร้าง  
ของร่างกายที่อาจารย์ประสิทธิ์ มณีจิระประการ  
เป็นผู้คิดค้นโดยผสมผสานวิชาแพทย์แผนไทย จีน  
และอินเดีย มาประยุกต์ต่อยอดและพัฒนาการดูแล  
สุขภาพ เพื่อสร้างสภาวะสมดุลในการไหล  
เวียนของเลือด ลม น้ำเหลืองและ  
ระบบประสาทเป็นไปอย่างสะดวก



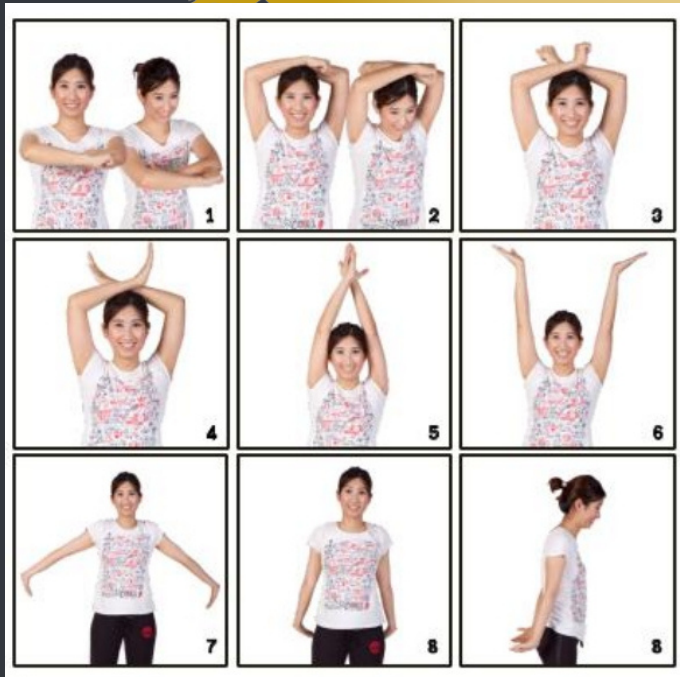
อาจารย์ประสิทธิ์ มณีจิระประการ



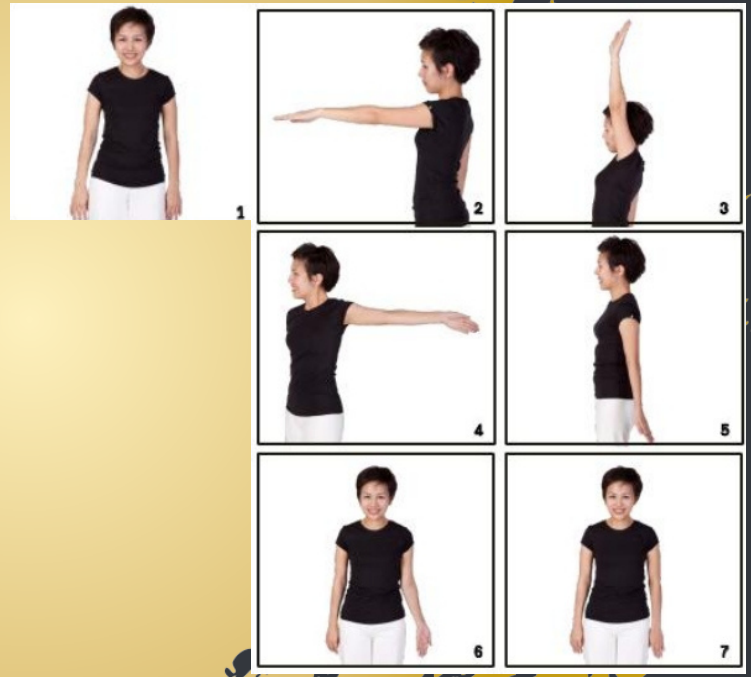
ท่าบริหาร 1 ท่าไหว้สวัสดี



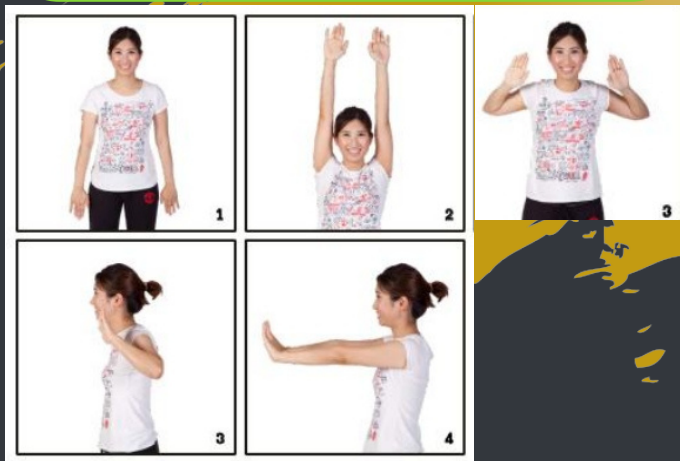
ท่าบริหาร 2 ท่าไม่แป้ง



ท่าบริหาร 3 ท่าถอดเสื้อ



ท่าบริหาร 4 ท่ากรรเชียง



ท่าบริหาร 5 ท่าปล่อยพลัง



ท่าบริหาร 6 ท่างู



ท่าบริหาร 7 ท่าแมว



ท่าบริหาร 8 ท่าเต่า

