

# MERITVE

meritev	koliko prstov gre vmes	kakšna je tenzija? mehka srednje trda trda	je tenzija ista, če stisnete medenično dno in mišice
predel popka			
1/2 poti med popkom in sramno kostjo			
1/2 poti med popkom in prsnico			

Kakšni drugi občutki? Inkontinenca, bolečine v križu, kako se počutite generalno.  
Energijska raven? Prosim zapišite zraven

## ZAPISKI