

ПЕЧЕНЬ  
ЖЕЛЧНЫЙ ПУЗЫРЬ

СЕРДЦЕ  
ТОНКИЙ КИШЕЧНИК

ЛЕГКИЕ  
ТОЛСТЫЙ КИШЕЧНИК

ПОЧКИ  
МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ



05.02 - 18.04

05.05 - 16.07

01.08 - 13.10

28.10 - 09.01  
2020

Сосуды  
Кровообращение

## КРУГЛЫЙ ГОД

### ВРЕМЯ МАКСИМАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ОРГАНОВ И СИСТЕМ В ТЕЧЕНИЕ СУТОК

Жизнь всего живого на Земле подчинена сложной совокупности биоритмов. Циклические изменения происходят и в нашем организме. С позиций восточной медицины наиболее важными для здоровья человека являются суточный и годовой ритмы. «Очищение», укрепление и коррекцию функций органов и систем организма лучше проводить в период их максимальной активности. Это значительно усилит эффект и принесет организму больше пользы.

ОРГАН	ВРЕМЯ СУТОК
Желчный пузырь Печень	23:00 - 01:00 01:00 - 03:00
Легкие Толстый кишечник	03:00 - 05:00 05:00 - 07:00
Сердце Тонкий кишечник	11:00 - 13:00 13:00 - 15:00
Почки Мочевой пузырь	15:00 - 17:00 17:00 - 19:00
Кровообращение Аккумуляция энергии	19:00 - 21:00 21:00 - 23:00
Желудок, селезенка Поджелудочная железа	07:00 - 09:00 09:00 - 11:00