

# Allergy Release Points

Touch each point listed below then gently release ankles.

- 1) Lungs
- 2) Thyroid
- 3) Heart
- 4) Stomach
- 5) Adrenals
- 6) L. Intestine
- 7) S. Intestine
- 8) Bladder
- 9) Liver
- 10) Pancreas
- 11) Spleen
- 12) Gallbladder
- 13) Kidney

