



Total Body Massage

“Abbi buona cura del tuo corpo, è l'unico posto in cui devi vivere.” (cit. Jim Rhon)

Il massaggio rappresenta una delle più antiche metodologie usate a fini terapeutici e di benessere psico-fisico; le sue preziose virtù sono note fin dall'antichità. La manualità del massaggio veicola attraverso la pelle stimoli che agiscono positivamente sugli organi e i tessuti su cui viene eseguito; aiuta a recuperare o mantenere la forma fisica, favorisce l'elasticità e l'idratazione della pelle

3 massaggi Total Body da 50'/cad in offerta a soli 175€

invece di 225! Risparmi 50€, sconto effettivo 22%



I **movimenti lenti e la delicatezza del tatto** sono in grado di indurre il corpo in uno stato di rilassamento profondo e allontanare la mente dai pensieri negativi.



Rilassato, il corpo recupera la sua **elasticità a livello muscolare e articolare**, che si traduce in maggiore ampiezza dei movimenti e meno rischi di infortunio durante gli allenamenti.



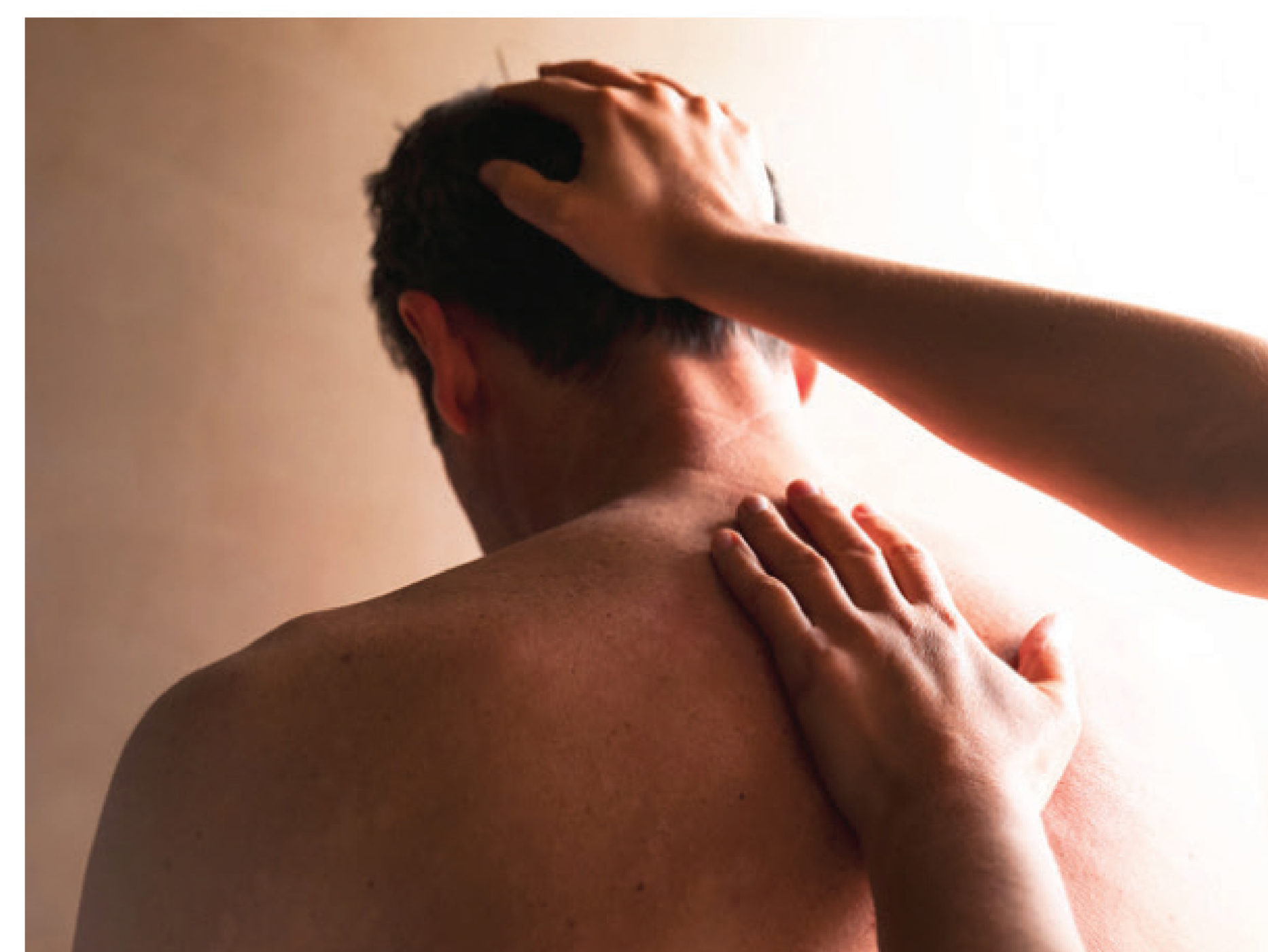
Secondo quanto affermato dalla teoria alla base della **riflessologia plantare**, tramite il massaggio plantare, si agisce su distretti o funzioni dell'organismo, alleviando o prevenendo disturbi di vario genere.



La **leggerezza o la pressione del tocco** dipendono in parte dal tipo di massaggio e in parte dalla sensibilità del massaggiatore



L'**effetto decontratturante** è uno dei benefici più conosciuti: massaggiando i muscoli si sciolgono le tensioni e le contratture muscolari accumulate durante il giorno, aiutando a liberare i trigger points



Eliminare le tensioni muscolari riporterà l'organismo in **equilibrio** in ogni sua parte. La mente durante un massaggio entra in uno stato di rilassamento profondo, riattivando il buon funzionamento di tutti gli apparati interni.

info & prenotazioni al desk - scade il 30/11/2022