

KLASISKĀ MASĀŽA

Klasiskā ķermeņa masāža tiek izmantota profilakses un ārstēšanas nolūkos, masējot konkrētas ķermeņa zonas ar mehāniskām kustībām. Ir izstrādāta vesela metožu un kustību sistēma, kas ietver: glaudīšanu, berzēšanu, mīcīšanu, vieglu dauzīšanu un vibrāciju. Katra kustība tiek veikta noteiktā secībā, un tās mērķis ir risināt konkrētas problēmas. Piemērojot katru metodi, notiek iedarbība ne tikai ādas virsmu, bet arī zemādas audiem, kā arī nervu sistēmu, limfas sistēmu un asinsriti. Klasiskā ķermeņa masāža tiek veikta no kakla zonas pāri visai mugurai, vēderam, rokām un kājām.

REZULTĀTS

Pēc klasiskās ķermeņa masāžas kursa tiek paaugstināts muskuļu tonuss un elastība, tiek uzlabots vispārējais stāvoklis, pazūd sāpju sindromi, uzlabojas ādas stāvoklis, normalizējas gremošanas procesi un kuņģa-zarnu trakta darbība. Organisms iegūst sparu, enerģiju, tiek uzlabots garastāvoklis un pašsajūta. Ir ieteicams kursa ilgums no 10-15 procedūrām 2 reizes nedēļā.

Klasiskā masāža tiek veikta gan visam ķermenim, gan atsevišķām zonām (vēders, mugura, kājas, rokas).

Masāža ir viens no labākajiem par efektīvākiem pēc pieejamības pasīvās iedarbības veidiem ar ķermeni, kad viss, kas Jums jā dara seansa laikā - jāatslābinās un nekā lieka, ja iespējams, pat nedomāt. Mīliet savu ķermeni, rūpējaties par to, un tas pretī dos Jums viegluma sajūtu un pozitīvu noskaņojumu!

