

Masaż relaksacyjny częściowy - Łączy zalety masażu klasycznego i energetycznego, pobudza mięśnie, skórę i układ krążenia, a zarazem wspaniale oddziałuje na układ nerwowy - równoważy wysyłane przez ciało negatywne reakcje na stres.

a) masaż szyi z barkami

Masaż obejmujący okolice ciała najbardziej narażoną na skutki stresu i napięcia emocjonalnego, likwiduje nadmierne napięcie mięśni szyi i barków;

b) masaż kręgosłupa

Masaż likwiduje nadmierne napięcie mięśni pleców, polecany osobom długotrwale przebywającym w pozycji siedzącej

Masaż relaksacyjny całościowy

Oddziałuje na ciało odprężająco, zmniejsza napięcie w mięśniach, niweluje bóle głowy i pleców oraz poprawia krążenie krwi. Wykonanie zabiegu relaksacyjnego polega na zastosowaniu odpowiednich technik dłońmi masażysty, w celu rozluźnienia mięśni, zmniejszenia bólu, a także poprawy krążenia krwi.

Celem masażu relaksacyjnego jest:

- zmniejszenie lub całkowite zniesienie napięcia mięśniowo-nerwowego i psychicznego
- uzyskanie pełnego rozluźnienia i odprężenia