

Masaże i zabiegi terapeutyczne



Masaż klasyczny i relaksujący jest formą terapii przewracającą równowagę ciała i duszy, pomaga pozbyć się bólu, zlikwidować napięcia związane ze stresem. Dzięki rozmasowaniu spiętych i przykurczonych mięśni uzyskujemy efekt rozluźnienia, a co za tym idzie, zwiększenia możliwości ciała do ruchu.

Masaż może trwać od 30 min do 2 godz. w przypadku masażu relaksacyjnego.

Refleksoterapia stóp jest to metoda masażu stóp, w której stymulowane są określone punkty i strefy odruchowe na stopach, odpowiadające poszczególnym narządów i układom ludzkiego ciała. Celem masażu jest takie oddziaływanie na pacjenta, dzięki któremu odzyska on fizjologiczny stan równowagi, a co za tym idzie i zdrowie.

Masaż refleksoterapeutyczny stóp trwa około godziny.

Masaż bańką chińską wykorzystuje metodę próżniowego zasysania skóry i znajdujących się pod nią tkanek, doskonale poprawia ich ukrwienie, wyraźnie zmniejszając cellulit, modelując sylwetkę i ujędrniając skórę. Efekty są widoczne po kilku zabiegach (zaleca się 10-12 zabiegów). Masaż ma też zastosowanie w leczeniu różnego rodzaju schorzeń (np. bólów kręgosłupa), przynosi ulgę spiętym mięśniom. Masaż trwa od 30 do 60 min.

Świecowanie uszu, inaczej konchowanie uszu, to popularny zabieg medycyny naturalnej, który pomaga pozbyć się zalegającej w uchu woskowiny, różnego pochodzenia szumów w uszach, oczyścić zatoki czy złagodzić katar podczas przeziębienia. Podczas zabiegu w kanale słuchowym wytwarza się podciśnienie (tzw. efekt komina), które wyciąga woskowinę oraz zanieczyszczenia. Również bóle i zawroty głowy, migreny i zespół przewlekłego zmęczenia są wskazaniem do konchowania uszu. Dodatkowym atutem jest jego działanie aromaterapeutyczne i relaksacyjne.

Zabieg trwa około godziny.

Zapisy pod nr telefonu: 508047293 lub mailowo: ola@holistyk.com.pl

Ceny już od 40 zł

Prowadzący

Aleksandra Leśniczak

Trener

Psychotronicznik, doradca życiowy (coach), instruktorka tańca i fitness, masażystka. Ukończyła Psychotroniczne Studium Doradztwa Życiowego "Chiron", kurs masażu na Akademii Medycznej w Łodzi oraz kurs trenera Metody "Ok., może tak być"®

Wśród wielu zainteresowań na pierwszych miejscach są astrologia, psychologia, tantra i huna oraz taniec, który traktuje również jak praktykę huny, tantry i psychologii.