



Masaż na 4 ręce

Zabieg wykonywany jest wybraną techniką w sposób synchroniczny i płynny przez 2 masażyстів w tym samym czasie. Zwiększa to bodźce odczuwane podczas seansu i potęguje odprężający efekt. W pomieszczeniu, gdzie wykonywany jest masaż, panuje zwykle relaksująca atmosfera, słychać nastrojową muzykę, czuć olejki zapachowe.

Przeciwwskazania:

- stany zapalne serca
- ciąża
- menstruacja

Wskazania:

- stres
- siedzący tryb życia
- zmęczenie
- napięcia mięśni
- potrzeba wyciszenia

Możliwe korzyści:

- wyciszenie, redukcja stresu
- poprawa kolorytu i jędrności skóry
- usprawnienie układu krwionośnego
- przyspieszenie przemiany materii
- poprawa jakości snu
- zniwelowanie bólów głowy i kręgosłupa