

Pakankamai gerai žinome, jog turime rūpintis savo sveikata, tačiau ar visi gyvename taip, kad būtume sveiki, ar rūpinamės savimi kol mūsų organizmas dar turi pakankamai išteklių..., daugelis apie tai net nepagalvojame. Vienas iš geriausių priemonių kūno ir sielos būklei gerinti yra masažas. Tai yra nuostabi priemonė sveikatai stiprinti, grožiui palaikyti, senėjimui stabdyti..

***Rūpinkimės sveikata šiandien – sutaupysime rytoj!***

### **Nugaros medaus masažas**

Medus - viena iš unikaliausių gamtos dovanų. Jo sudėtyje yra gausybė vitaminų ir mineralinių medžiagų. Medaus masažas - tai refleksoterapijos gydymo metodas.

Procedūros tikslas - energetinių kanalų išvalymas, pagalba esant stuburo susirgimams ar sutrikus sąnarių judrumui taip pat teigiamo energetinio lauko sukūrimas. Šio masažo metu skatinama audinių regeneracija ir stimuliuojama imuninė sistema. Įtrintas į odą medus išskiria biologiškai aktyvių medžiagų, absorbuoja toksinus ir pagreitina jų pašalinimą iš organizmo. Po šio masažo išsivalo oda, ji tampa šilkinė, stangri, išsilygina poodiniai sustandėjimai. Medus valo ir energetinius kanalus. Šis masažas garantuoja atsipalaidavimą, puikiai veikia odą, šalina nuovargį, teikia lengvumo ir gaivumo pojūtį.

### **Medaus masažo poveikis:**

-

Suragėjusios odos pašalinimas;

-

Kraujo cirkuliacijos ir limfos apytakos gerinimas;

-

Audinių aprūpinimas vitaminais ir mineralinėmis medžiagomis;

-

Medžiagų apykaitos gerinimas;

-

Organizmo išvalymas nuo toksinų;

-

Imuniteto stiprinimas;

-

Poodyje atsiradusių sąaugų pašalinimas;

-

-

Nuotaikos gerinimas.

Kaina:60lt.

1 val.

**Galima įsigyti dovanų kuponus.**

**Dovanų kuponas - šauni galimybė nustebinti brangų žmogų ar pradžiuginti draugą.**

**Tel.+37060313989**

### *Karštų akmenų masažas*

Greičiau šalinami susikaupę šlakai. Šiltų akmenų naudojimas **palengvina chroniškus nugaros ir kaklo skausmus**, giliai atpalaiduoja visą kūną, nuima senai "užgyventas kupreles" suteikia harmonijos ir ramybės būseną. Taip pat teigiamai veikia nervinę sistemą. Akmenų terapija taikoma streso, nerimo, depresijos atvejais, norint atpalaiduoti organizmą ir suteikti kūnui pusiausvyros ir geroves jausmą.

Žinoma, kyla klausimas, kodėl masažo su karštais akmenimis, tiksliau, šilumos pasiskirstymo, poveikis jaučiamas visame kūne? Odoje yra begalė receptorių, kurie net menkiausius pojūčius perneša visais nervų kanalais iki pat smegenų. Be to, dėliojant karštus akmenis ant refleksogeninių zonų, poveikis jaučiamas visose organizmo sistemose.

Karšti akmenys savo terminę energiją persmelkia giliai į raumenų audinius, juos atpalaiduodami, stimuliuodami mikrocirkuliaciją, ląstelių atsinaujinimą, metabolinius procesus, atkurdami audinius, tokiu būdu masažuotojui yra lengviau išmasažuoti sustingusius raumenis. Akmenys išdėliojami ant refleksogeninių zonų, taip pat atveriamos čakros - stimuliuojami energetiniai kūno centrai, kurie padeda klientui atgauti energetinę pusiausvyrą.

Daugeliui žmonių akmenų šiluma yra maloni, todėl šį masažą jie renkasi tada, kai nori atsipalaiduoti. Masažas su karštais akmenimis tinkamiausias žmonėms, kurie nuolat jaučia šaltį ar kurių galūnės visada šąla. Taip pat jis tinkamas žmonėms, kurių raumenys nuolat įsitempę ir kuriems stiprus masažas gali būti skausmingas. Masažas rekomenduotinas žmonėms, kurie jaučia įvairius nugaros skausmus, kurių sutrikusi kraujo cirkuliacija, kamuoja artrito keliami skausmai, stresas, nerimas, įtampa, nemiga, depresija ir kt.

Masažas su karštais akmenimis atpalaiduoja raumenis, lengvina streso pojūčius, šalina toksinus, mažina skausmą, gerina kraujo ir limfos cirkuliaciją, stiprina imuninę sistemą, didina organizmo atsparumą ligoms, sugrąžina ramybės jausmą, harmonizuoja energijos tekėjimą kūne.

Kaina:50 lt.

1,5 val.

Galima įsigyti dovanų kuponus.

Dovanų kuponas - šauni galimybė nustebinti brangų žmogų ar pradžiuginti draugą.

Tel.+37060313989

**Laikysenos (stuburo) korekcija.**

**Šiuolaikinė žmonių problema – nugaros skausmai. Įtampos,**

**stuburo problemos reikalauja padidinto dėmesio šiai sričiai.**

**Teikiamos paslaugos: Stuburo korekcija pritaikant įvairias**

**technikas: Klasikinį-segmentinį masažą, vakuuminių taurių**

**masažą, ajurvedinį masažą. Kaina:50 lt.Trukmė:1 val.**

**Tel.+37060313989**

Pasitempęs žmogus visada atrodo gražesnis, sveikesnis, energingesnis, labiau savimi pasitikintis ir patikimesnis. Deja, dažnas iš mūsų išsitiesia tik sulaukęs pastabos.

Ar žinote, kad ydinga laikysena gali išprovokuoti arba paskatinti:

-

nugaros ir krūtinės skausmus,

-

nuovargį ir silpnumą,

-

sąnarių skausmus,

-

virškinimo sutrikimus,

-

širdies ir kraujotakos sistemų sutrikimus,

-

galvos ir kaklo skausmus,

-

kvėpavimo sutrikimus,

-

imuninės sistemos susilpnėjimą,

-

nutukimą ir daugybę kitų sveikatos sutrikimų.

Didžiausia bėda yra ta, kad mes nė nesuvokiame kiek nemalonumų mums kelia įdinga laikysena...