

Тайский йога массаж. Глубокое расслабление и оздоровление



Уфа, Россия

Хотите восстановить силы после долгой зимы?

Результаты даже одного сеанса тайского массажа сравнимы с выходными, проведенными на природе.

Традиционный тайский йога массаж – древнее восточное целительское искусство.

В тайском массаже используются:

- массаж биологически активных точек;
- работа с энергетическими каналами;
- глубокие надавливания, поглаживания, разминания;
- раскрытие суставов;
- пассивные йоговские скрутки и растяжения всего тела;
- работа с сухожилиями и связками, растягивание мышц;
- стимулирование кровотока;
- мягкие мануальные техники.

Полезные свойства тайского массажа.

Физические:

- вывод токсинов, повышение иммунитета;
- усиление кровообращения, снижение кровяного давления;
- мышечная релаксация и улучшение подвижности суставов;
- улучшается дыхание и осанка;
- ослабление болей в спине и суставах;
- повышение общего тонуса организма, замедление процессов старения.

Психологические:

- обретение эмоционального равновесия и ясности сознания;
- повышение концентрации внимания;
- облегчение стресса и тревожности;
- развитие дисциплины и самоконтроля;
- повышение уверенности в себе.

Провожу сеанс в массажном кабинете на ул. Аксакова либо у Вас дома.

С собой иметь: удобную спортивную одежду, авизинфо.ru

Продолжительность сеанса: 1 - 1,5 часа. Российская Доска Бесплатных Объявлений AvizInfo.ru

Цена: **1 000 руб.**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: уместен

Сабитов Альберт

+7 927 230 70 53

Аксакова 54