

Si riceve su appuntamento:

*** COLLEGNO**
*** VILLARBASSE**
*** RIVOLI**

Servizi

MASSAGGIO SPORTIVO E DECONTRATTURANTE

Trattamento pre - post e infro gara utile a quelle persone che praticano sport e che vogliono avere un aiuto per evitare strappi e contratture muscolari. Rilassa e scioglie le tensioni lombari e cervicali

MASSAGGIO BODY RELAX

Trattamento rilassante su tutto il corpo. Favorisce la liberazione dalle tossine dello stress e dall'affaticamento di cui il corpo è prigioniero.

MASSAGGIO LINFODRENANTE

Il massaggio linfodrenante è un particolare tipo di massaggio il cui scopo è quello di favorire il drenaggio dei fluidi linfatici, riducendone i ristagni attraverso la stimolazione della circolazione linfatica. Utile anche per ridurre edemi di carattere traumatico.

MASSAGGIO DIMAGRANTE

Il massaggio anticellulite è un particolare tipo di massaggio utile per trattare quelle aree difficili del corpo che non possono sempre essere "attivate" attraverso l'esercizio, come ad esempio il ginocchio interno e coscia.

MASSAGGIO HOT STONE

Trattamento che viene effettuato tramite l'utilizzo di pietre calde che vengono appoggiate sul corpo per trattare diverse sintomatologie e disturbi, sciogliere le tensioni muscolari e alleviare la rigidità muscolare sfruttando il potere del calore.

CANDLE MASSAGE

E' un massaggio rilassante per corpo e psiche, lascia la pelle più morbida di qualsiasi olio. Oltre che un massaggio rappresenta un vero e proprio rito del benessere, un momento prezioso in cui tutti i sensi vengono coinvolti..
ndò il potere del calore.

GINNASTICA POSTURALE

La ginnastica posturale è una tipologia di ginnastica che consta di esercizi simili allo stretching, espressamente pensati per correggere la postura, alleviare o prevenire dolori muscolari e articolari.

PERSONAL TRAINER

Personal training individuale o di massimo 3 persone per volta
 Che tu voglia arrivare in forma per la tanto famigerata prova costume, fare attività fisica per contrastare l'inattività dovuta ad un lavoro troppo sedentario o semplicemente mantenerti in forma. Nulla è impossibile con una giusta programmazione e sotto una guida attenta.
 Insieme valuteremo il percorso che ti si addice maggiormente, stileremo degli obiettivi, degli step intermedi, e lavoreremo per raggiungerli.

Listino Massaggi

Relax Corpo	€ 60
Decontratturante - Sportivo	€ 60
Hot Stone - Candle Massage	€ 60
Linfodrenante	€ 70
Dimagrante	€ 70

il massaggio ha la durata di 50 minuti circa

Listino Personal Training

Sessione di allenamento della durata di 90 minuti : 1 persona	€ 60
Sessione di allenamento della durata di 90 minuti : 2 persona	€ 80
Sessione di allenamento della durata di 90 minuti : 3 persona	€ 90

IL LUOGO PER LA SESSIONE DI ALLENAMENTO(STUDIO O DOMICILIO),
 VERRA' STABILITO IN BASE ALLE ESIGENZE DEL RICHIEDENTE .

sessioni di allenamento con massimo 3 persone

Listino Percorsi

PERCORSO SENSORIAL

- Stimolazione e Ossigenazione
- Candle Massage
- Trattamento Viso

durata: 90 minuti circa € 80

PERCORSO RIGENERA

- Stimolazione e Ossigenazione
- Coppettazione
- Massaggio Body Relax

durata: 90 minuti circa € 80

PERCORSO SPORT

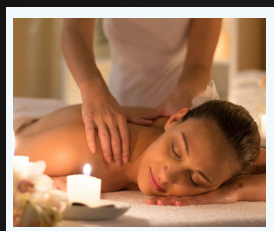
- Stretching Posturale
- Stimolazione muscolare
- Massaggio Decontratturante/Sportivo

durata: 90 minuti circa € 80

I MASSAGGI, SE DESIDERATI, POSSONO ESSERE EFFETTUATI
 PRESSO IL PROPRIO DOMICILIO.

Massimo Marsala

MASSOTERAPISTA
 PERSONAL TRAINER



- Massaggio Sportivo
- Massaggio Decontratturante
- Massaggio Body Relax
- Massaggio Linfodrenante
- Massaggio Dimagrante
- Massaggio Hot Stone
- Candle Massage
- Ginnastica Posturale
- Personal Training