

Massaaž ühele piirkonnale, 15 min

Massaaž aitab parandada kudede vereringet ning soodustab ainevahetust. Massaaži abil normaliseeritakse ka närvisüsteemi ja lihaste talitlust, mis omakorda aitab vabaneda lihaspingetest. Massaaži kasutatakse ka stressi maandamiseks ja töövõime tõstmiseks ning selle pikemaajaliseks säilitamiseks.

Massaaž ehk kätega ravimine on iidne ravivõte, mis pärineb vanast Indiast. Pakume Teile klassikalist meditsiinilist ravimassaaži, kus keskendutakse ühele probleemsele piirkonnale. Kogenud spetsialist teeb massaaži Teile soovi või arsti ettekirjutuse järgi. Massaaži tehakse keha eri piirkondadele: õlavöötmele, seljale, jalgadele või kätele.

Protseduur kestab 30 minutit ning pärast massaaži saate kabinetis mõne minuti rahulikult pikutada, et kinnistada massaaži mõju veelgi.

Kui Teil on terviseprobleeme, soovitame enne massaaži konsulteerida oma perearsti või taastusarstiga.

Teenus on tasuline, meditsiinilistel näidustustel kompenseerib Eesti Haigekassa.