

## ¡Escápate de la vida y recarga las pilas en Andalucía!

### Masaje con piedras calientes

El masaje con piedras calientes es un tratamiento único en el que se colocan piedras calientes en determinadas partes del cuerpo. Con este método se consigue relajar, aliviar la tensión muscular y favorecer la recuperación de los distintos tejidos del cuerpo. Las piedras suelen ser de basalto, una roca volcánica conocida por retener especialmente bien el calor. Las principales propiedades de este tratamiento son el alivio de la tensión y el dolor musculares, la reducción del estrés y la ansiedad, la mejora de la calidad del sueño y el posible alivio de los síntomas relacionados con enfermedades autoinmunes.



Duración: 60 min.

Precio: €70

## Masaje Aromaterapia

En este masaje se utilizan aceites esenciales a los que se atribuyen propiedades terapéuticas. Estos aceites son extractos muy concentrados derivados de flores, frutos, semillas, hojas y ciertas cortezas de plantas.

El masaje aromático puede tener un efecto positivo en varios aspectos de tu salud, como el sistema nervioso, circulatorio, linfático, inmunitario y muscular. Además de los beneficios físicos, un masaje de aromaterapia también ofrece un maravilloso camino hacia la claridad mental, la relajación y el alivio del estrés y los dolores de cabeza. Los sutiles aromas de los aceites esenciales se esparcen por el aire durante el masaje, realzando toda la experiencia.



Duración:: 60 min.

Precio: €70

## Masaje con sellos de hierbas

Los sellos calientes de hierbas se han usado para masajes en Tailandia durante más de 400 años. Estos sellos están hechos de una mezcla de hierbas específicas envueltas en una tela de algodón que sirve de asa al masajista. Las estampas se calientan con vapor para liberar las propiedades terapéuticas de las hierbas.

Durante el masaje, los movimientos de los tampones tonifican los músculos, mientras que el calor alivia el dolor y la tensión. Las hierbas también tienen un efecto calmante sobre la piel y se les atribuyen efectos sanadores.



Duración: 60 min.

Precio: €70

## Masaje de bambú y lifting facial

Este masaje de tejido profundo está especialmente diseñado para aliviar el estrés, la tensión muscular y las incomodidades, mientras que los aceites con un maravilloso aroma cuidan aún más la piel. Se utiliza una caña de bambú en lugar de las manos del terapeuta para un masaje más intenso y potente. La vara de bambú se enrolla sobre los músculos para eliminar todas las tensiones y adhesiones, reforzar los músculos y restablecer el equilibrio corporal mediante la estimulación de las zonas reflejas musculares durante el masaje. Después te sentirás como renacido, tanto por dentro como por fuera.

Nuestro Masaje Corporal Bambú ofrece una experiencia realmente única que trata la tensión muscular profundamente como jamás antes habías sentido.

Además, la estimulación de los músculos faciales mediante el masaje con bambú mejora la oxigenación del rostro, lo que hace que su uso es una forma natural de cuidado anti-edad de la piel. La mejora de la circulación sanguínea en la piel del rostro estimula la producción de colágeno, lo que se refleja en un rostro sano y radiante. También ayuda a tonificar y reforzar los músculos faciales y a mejorar su elasticidad.



Duración: 90 min.

Precio: €90

## Masaje Lomi-Lomi

Durante el masaje Lomi-Lomi, se masajea el cuerpo de la cabeza a los pies con una gran cantidad de aceite. La relajación profunda se consigue no sólo con las manos del terapeuta, sino también con sus antebrazos y codos. Además, se incorporan suaves movimientos de torsión y flexión de los brazos y las piernas.

Durante el masaje, los movimientos varían continuamente, desde pequeños movimientos circulares hasta movimientos largos y fluidos que alternan entre una presión suave y otra firme. Esto crea una sensación parecida a olas que recorren tu cuerpo.

Los efectos positivos incluyen una mejora de la movilidad y la postura, una mayor capacidad de movimientos y más vitalidad, una mejora de la circulación sanguínea y linfática, la eliminación de residuos y toxinas, una recuperación más rápida, un sistema inmunitario reforzado, una presión arterial más baja y una frecuencia cardíaca más lenta. Y lo mejor de todo es que esta sensación perdura mucho después del tratamiento.



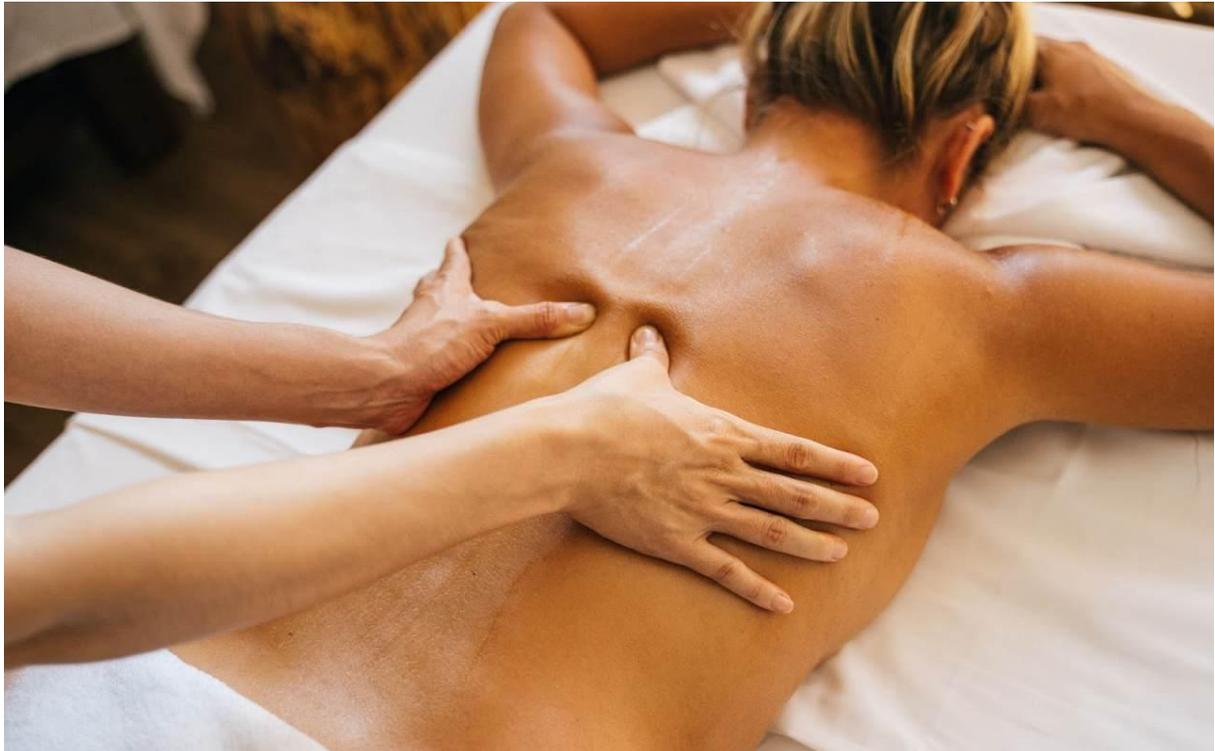
Duración: 90 min.

Precio: €90

## Masaje sueco

Un masaje sueco se caracteriza por movimientos suaves, de amasamiento y caricias. Con una presión ligera o mediana, se trabajan las capas superiores de los músculos, justo debajo de la piel. A veces es necesario mover las articulaciones para crear más libertad de movimiento en la zona afectada.

El objetivo principal del masaje sueco es aliviar la tensión muscular, por lo que puede ser a la vez relajante y estimulante.



Duración: 60 min.

Precio: €70

## Masaje Deep Tissue

Un masaje de tejido profundo se enfoca más en las zonas problemáticas del cuerpo. Es un tipo de masaje intenso en el que se aplica más presión. El Masaje de Tejido Profundo puede ayudar a aliviar el dolor crónico y a relajar los músculos endurecidos o tensos.

El terapeuta suele trabajar en una zona concreta del cuerpo, como el cuello, la espalda, las piernas, los brazos o los hombros.



Duración: 90 min.

Precio: €90

## Relajación miofascial

La Rehabilitación Miofascial es una técnica segura y muy eficaz que de forma suave y persistente estira el tejido muscular para aliviar el dolor y restablecer la movilidad.

El lento proceso de estiramiento repara y regenera lentamente las fascias o tejido conjuntivo. Los traumatismos, la inflamación y/o la cirugía pueden afectar a las fascias, lo que a su vez puede provocar tensiones y dolores.

El objetivo del Masaje Miofascial es eliminar dichas tensiones. Este tipo de masaje se realiza sin utilizar aceite ni crema. Esto permite al masajista sentir exactamente la fascia afectada y realizar el estiramiento adecuado para conseguir el efecto óptimo.



Duración: 90 min.

Precio: €90

## Reiki

El tratamiento de Reiki es una práctica energética suave en la que el terapeuta coloca sus manos ligeramente sobre el cuerpo del receptor o cerca de él. Durante la sesión, el terapeuta transmite energía curadora al "paciente" para estimular la relajación, reducir el estrés y ayudar al bienestar físico y emocional. Esta terapia holística se basa en la idea de que el flujo de energía vital puede potenciarse para que el cuerpo, la mente y el espíritu se recuperen y equilibren.



Duración: 60 min.

Precio: €60

Por supuesto, también podemos elaborar paquetes individuales y arreglos a medida, especialmente para ti.