

ČO JE KLASICKÁ MASÁŽ ?

Klasická masáž zlepšuje prekrvenie pokožky, podkožia a svalov, pomáha uvoľňovať stuhnuté a bolestivé svaly a podieľa sa na lepšom vyplavovaní odpadových látok z organizmu. Zjednodušene povedané, vďaka pravidelnej klasickej masáži sa pokožka na vašom tele môže stať pružnejšou a môžete predísť bolestiam, ktoré bývajú dôsledkom stuhnutého svalstva – napríklad v oblasti šije, medzi lopatkami a v krížoch. Klasická masáž pomáha aj pri rekonvalescencii svalov a kĺbov po dlhom znehybnení v dôsledku zlomeniny alebo iného zranenia.

