

CENNIK USŁUG GABINETU MASAŻU			
Lp.	Rodzaj masażu	Czas trwania	Cena
1.	Masaż klasyczny	40 min	110,00
2.	Masaż klasyczny	60 min	150,00
3.	Masaż klasyczny całego ciała	90 min	180,00
4.	Masaż limfatyczny	30 min	90,00
5.	Masaż limfatyczny	60 min	160,00
6.	Masaż stawów	25 min	80,00
7.	Masaż fizjoterapeutyczny (głębokich tkanek, punktów spustowych)	40 min	90,00
		65 min	160,00

Masaż klasyczny

- celem jest rozluźnienie ciała, poprawa krążenia, łagodzenie bólu i wsparcie w regeneracji,
- uzyskuje się efekt relaksacyjny lub pobudzający.

Masaż limfatyczny

- polega na zastosowaniu odpowiednich technik ucisku i chwytów, pobudzając krążenie chłonki czyli limfy, która zbiera się w określonych częściach ciała, powodując obrzęczenia,
- dedykowany dla osób, które mają problem z zastojem limfy wskutek chorób (np. cukrzycy), czy operacji (np. po operacji tarczycy, po mastektomii).

Masaż stawów

- w celu leczenia chorób o podłożu ortopedycznym i reumatycznym, a także przy urazach stawowych podczas rehabilitacji po skręceniach, zwichnięciach i złamaniach,
- wykonywany najczęściej na stawach i w ich okolicy.

Masaż tkanek głębokich

- forma terapii tkanek miękkich, mająca na celu przywrócenie równowagi w głębszych warstwach tkanki łącznej i mięśniach poprzez likwidowanie napięć i restrykcji w układzie mięśniowo-powięziowym,
- zmniejsza dolegliwości bólowe, poprawia elastyczność i sprawność mięśni, przywraca prawidłową postawę ciała oraz swobodę i płynność ruchów,
- wyjątkowo skuteczny w stanach przewlekłych napięć.

Masaż punktów spustowych

- polega na ucisku i rozluźnieniu miejsca bólowego w obrębie brzośca mięśnia lub powięzi,
- wykonywane różne formy ucisku i ruchów, mają na celu uwolnienie od bólu i poprawę zaburzonych wzorców ruchowych.
- poprzez wtłoczenie świeżej krwi i wypłukanie odpadów, dostaje się większa ilość tlenu, co pomaga złagodzić ból i zachęcić mięśnie do rozluźnienia.

Masaże relaksacyjne (z elementami masażu klasycznego):

- Masaż gorącymi kamieniami
- Masaż miodem
- Masaż świecą

Po masażu należy unikać aktywności fizycznej !

Pacjent korzystający z masażu jest zobowiązany do zabrania ze sobą własnego ręcznika kąpielowego!

Niezalecane jest spożywanie posiłku na mniej niż 1h przed masażem.