

## **Jingle Hands 2 Hours Pure Massage**

Η Χριστουγεννιάτικη έκδοση του M.N. Healing Experience. 2 συνεχόμενες ώρες απολαυστικού και θεραπευτικού μασάζ.

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει :

Rejuvance

Holistic Massage

Ayurvedic Face & Breast Massage

Traditional Thai Oil Massage & Aromatherapy

Thai Foot Massage

Ιδανικό για ζευγάρια.

**Αρχική τιμή Ευρω 140 τιμή μέσω site Ευρω 29,**

## Ανάλυση Τεχνικών :

### Traditional Thai Oil Massage & Aromatherapy

Το traditional thai oil massage είναι βασισμένο στην αρχαία ταϊλανδέζικη μάλαξη.

Χαλαρώνει, ευθυγραμμίζει και ανακουφίζει το σώμα από πόνους και εντάσεις με βαθιές πιέσεις κατά μήκος των ενεργειακών γραμμών καθώς χρησιμοποιεί ένα συνδυασμό πολλών και διαφορετικών τεχνικών, όπως διατάσεις, πιέσεις βελονιστικών ή ρεφλεξολογικών σημείων, πιέσεις σε ενεργειακά κέντρα και κανάλια.

Το μασάζ συντελεί στη μείωση της έντασης και του στρες, βοηθάει στην

απελευθέρωση του ενεργειακού μπλοκαρίσματος και της στασιμότητας, βελτιώνει τη στάση του σώματος και ανακουφίζει από μυοσκελετικά προβλήματα. Τα αποτελέσματα που επιτυγχάνονται μέσα από αυτή τη μέθοδο είναι θεραπεία μακροχρόνιων τραυματισμών και μυϊκών πόνων, καλύτερη κυκλοφορία του αίματος και της ενέργειας, μείωση της έντασης και του στρες.

## **Rejuvance**

Το Rejuvance είναι μια εξαιρετική τεχνική, ένα εξειδικευμένο μασάζ προσώπου, που αναζωογονεί το δέρμα, απαλύνει τις ρυτίδες & τα σημάδια του χρόνου, διορθώνει το περίγραμμα, δίνοντας έτσι την αίσθηση ενός «φυσικού λίφτινγκ».

Είναι μια δοκιμασμένη μέθοδος εναλλακτικής αισθητικής, που γλυκαίνει τα χαρακτηριστικά και την έκφραση του προσώπου.

Βασίζεται σε τεχνικές απελευθέρωσης του υποδόριου συνδετικού ιστού και των μυών, καθώς και ειδικές μαλάξεις. Οι τεχνικές αυτές εφαρμόζονται απαλά, κυρίως με τις άκρες των δακτύλων και στοχεύουν στο να εξισορροπήσουν τις εκφράσεις του προσώπου και να βελτιώσουν την ποιότητα της επιδερμίδας.

Με τα χρόνια, οι πιο κοινές μας εκφράσεις αρχίζουν να μονιμοποιούνται ως σφίξιμο και ρυτίδες. Τελικά το πρόσωπο «τραβιέται» και το σύστημα των μυών, του συνδετικού ιστού και της επιδερμίδας χάνει την ελαστικότητά του. Αποτέλεσμα: οι ρυτίδες, το «κρέμασμα» και οι σακούλες.

Οι τεχνικές *rejuvenance* είναι σχεδιασμένες έτσι ώστε να ανασηκώνουν και να αναζωογονούν κάθε σημείο του προσώπου, του λαιμού, του ντεκολτέ και των ώμων. Δουλεύονται με

λεπτομέρεια όλες οι στιβάδες των μυών και περιτονίων. Οι ρυτίδες λειαίνουν, οι λεπτές γραμμές εξαφανίζονται, η ελαστικότητα επανέρχεται, η μυική ένταση απελευθερώνεται και αποκαθίσταται ο καλός μυικός τόνος.

Έτσι, το πρόσωπο επανέρχεται στο «φυσικό του σχήμα»

«Το πρόσωπο σας εκφράζει τη σχέση ανάμεσα στο σώμα, το νου και τα συναισθήματα».

Η ιατρική έρευνα έχει αποδείξει ότι είναι αδύνατο να κάνουμε οποιαδήποτε σκέψη χωρίς αυτή να έχει κάποια επίδραση στο σώμα μας και αντίθετα ότι η φυσική μας κατάσταση επιδρά στις σκέψεις και τα συναισθηματά μας.

Η εμφάνιση του προσώπου επηρεάζεται από το σωματικό και ψυχικό στρες που χαράζουν τα ίχνη τους βαθειά στο ευαίσθητο δέρμα του, με αποτέλεσμα την εμφάνιση λεπτών γραμμών και ρυτίδων.

**Αποτελέσματα Rejuvance :**

- Καλύτερος ύπνος
- Βελτίωση του χρώματος (φυσικού τόνου) της επιδερμίδας
- Μείωση των ρυτίδων
- Ενυδάτωση από μέσα προς τα έξω
- Καλύτερη κυκλοφορία του σώματος
- Καλύτερη αποβολή των τοξινών διαμέσου της λέμφου
- Ανάκτηση της ελαστικότητας του προσώπου
- Ανακούφιση από πονοκεφάλους, ζάλες και εντάσεις
- Μεγαλύτερη διαύγεια πνεύματος
- Λιγότερο άγχος
- Εξισορρόπηση του νευρικού συστήματος
- Χαλάρωση όλου του σώματος
- Βαθιά αίσθηση ηρεμίας και ξεκούρασης
- Είναι μια απολύτως φυσική μέθοδος

## **Ayurvedic Massage**

Η τεχνική του παραδοσιακού αγιουρβεδικού μασάζ, έρχεται από αρχαιοτάτων χρόνων.

Όταν ακόμα οι χειρομαλάξεις αποτελούσαν θεραπευτικές μορφές και η κάθε θεραπεία ήταν ιεροτελεστεία.

Το αγιουρβέδικό μασάζ είναι η πρωταρχική θεραπεία της Αγιουρβέδα.

Μέσω της χαλάρωσης του σώματος μας επιτρέπεται να εντοπίσουμε την μπλοκαρισμένη ενέργεια που συσσωρεύτηκε στο σώμα και μας επιφέρει ενοχλήσεις & πόνους.

Το αγιουρβεδικό μασάζ μας βοηθά να αντιληφθούμε την αλληλεπίδραση σώματος – νου.

Τα θεραπευτικά ζεστά αιθέρια έλαια συντελούν στην διατήρηση της υγείας, αρμονιάς & του αυτοσεβασμού μας.

## **Τεχνική του Βίσχες**

Μια τεχνική της Ayurveda για τόνωση του πνεύματος, σώματος και μεταβολισμού.

**Το Ayurvedic Massage massage είναι αναγκαίο για κάθε γυναίκα, διότι το στήθος είναι ο θετικός πόλος ενέργειας για τις γυναίκες. Από και προς το στήθος δονείται και διαχέεται η θηλυκή ενέργεια για τις γυναίκες. Το μασάζ γύρω και επάνω στο στήθος βελτιώνει και επαναφέρει την υγεία στο θηλυκό αναπαραγωγικό σύστημα και εξισορροπεί τις ορμόνες. Σ' αυτή τη βαθιά και ολιστική τεχνική χρησιμοποιούνται μαλακές μαλάξεις στο λαιμό, αυχένα, πρόσωπο κεφάλι, χέρια και εσωτερικά όργανα κοιλιακής χώρας, εφαρμόζονται πιέσεις στα Maru Points (παραδοσιακά ενεργειακά κέντρα) και τελικά, με απόλυτο σεβασμό και ευαισθησία δουλεύεται το στήθος με ειδικές μαλάξεις.**

**Βοηθά στην εξάλειψη της κατάθλιψης και των αρνητικών συναισθημάτων.**

**Εκπληκτικά αποτελέσματα στις ανισορροπίες και πόνους της περιόδου.**

**Βοηθά στην αποδοχή της θηλυκότητας και να αισθάνεσαι ωραία που είσαι γυναίκα.**

**Πρόληψη για τον καρκίνο του μαστού.**

**Αναδεικνύει και τονίζει το σχήμα του στήθους.**



**Βελτιώνει και επαναφέρει στη υγεία το θηλυκό αναπαραγωγικό σύστημα καθώς εξισορροπεί τις ορμόνες.**

**Αναζωογονεί και αποτοξινώνει μέσω της αύξησης κυκλοφορίας του αίματος και λέμφου.**

**Μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης ραγάδων κατά την διάρκεια εγκυμοσύνης ή αυξομείωσης βάρους.**

**Μαλακώνει τα εμφυτεύματα (implants).**

**Το Αγίουβεδικό μασάζ στήθους χτίζει μια υγιή, θετική σχέση με τα θηλυκά χαρίσματα του σώματος μας ώστε να έρθουμε σε επαφή, μέσα από την αγάπη, με τον αισθησιασμό που δονούμεθα και εκπέμπουμε ως γυναίκες.**

**Το Αγιουβέρδικο μασάζ είναι καταλλήλο τόσο για γυναίκες όσο και για άντρες.**

## **Thai Foot Massage**

**Οι ρίζες του Thai Foot Massage προέρχονται από την Κίνα.**

Εξελίχθηκε στην Ταϊλάνδη, απ' όπου και πήρε το όνομα,

Εμπεριέχει στοιχεία από διάφορες τεχνικές μάλαξης σε όλο το πόδι (δακτυλοπιέσεις & ειδικά ξυλάκια) και στοιχεία από τη γιόγκα. Όλα αυτά - μαζί με ιδιαίτερες κινήσεις- ενεργοποιούν τα εσωτερικά όργανα και αυτά με τη σειρά τους βοηθούν τον άνθρωπο να διατηρείται σε καλή κατάσταση υγείας και ευεξίας. Βοηθάει στη βαθιά χαλάρωση, βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος και ενεργοποιεί τα κέντρα στο σώμα που απευθύνονται στο σωματικό και στο νοητικό επίπεδο. Η ταϊλανδέζικη μάλαξη στα πόδια πραγματοποιείται με αιθέρια έλαια.

### Αρωματοθεραπεία

Ο όρος χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά το 1920 από τον Γάλλο χημικό Gatterfose, ο

οποίος ερευνούσε τις θεραπευτικές ιδιότητες των ελαίων.

Βέβαια οι ιδιότητες των φυτών ανακαλύφθηκαν και χρησιμοποιήθηκαν από πολύ νωρίς. Έτσι, χρήση αρωματικών και αιθέριων ελαίων συναντάμε σε διάφορους πολιτισμούς ανά τους αιώνες κι αυτό φαίνεται στα διάφορα μυροδοχεία που έχουν ανακαλυφθεί κατά καιρούς.

Αρωματοθεραπεία είναι η χρήση ελαίων που παράγονται από φυτά με θεραπευτικές ιδιότητες (βότανα), με σκοπό τη βελτίωση της σωματικής και ψυχολογικής ευεξίας, τη βελτίωση της διάθεσης και γενικά την εναρμόνιση ψυχής, σώματος και εξωτερικού περιβάλλοντος. Τα αιθέρια έλαια βοηθήσουν στη μείωση του στρες και της έντασης, προσφέρουν αναζωογόνηση, αυξάνουν τη σωματική αντοχή, εξισορροπούν τα συναισθήματα και αυξάνουν τη νοητική διαύγεια δρώντας με

απόλυτα φυσικό τρόπο που δεν παραβιάζει τις ανοχές, ούτε διαστρέφει τις ανάγκες του οργανισμού μας.

### **Πιεσοθεραπεία / Holistic Massage**

Με την πιεσοθεραπεία ασκούμενος προσφέρει μια πολυδιάστατη θεραπεία. Οι τεχνικές εφαρμόζονται κυρίως στα πόδια, στα χέρια και στο κεφάλι, όπου υπάρχουν αντανακλαστικά τα οποία αντιστοιχούν στα εσωτερικά όργανα, αδένες, σπονδυλική στήλη, στα μέλη του σώματος, αλλά και στα σημεία της ενεργειακής ανατομίας/μεσημβρινούς. Με αποτέλεσμα να διαλύονται τα ενεργειακά μπλοκαρίσματα και η αρμονία να αποκαθιστάται σε όλα τα συστήματα του σώματος, στη ψυχολογία και στο νου. Με την πιεσοθεραπεία επιτυγχάνουμε ενεργοποίηση της κυκλοφορίας του αίματος καθώς και την εξισορρόπηση του νευρικού και ορμονικού συστήματος & χαλάρωση των σκελετικών μυών.