



CFP Lecco



Massaggio tradizionale THAIANDESE

Il **MASSAGGIO TRADIZIONALE THAIANDESE** stile Wat Po detto comunemente THAI è un massaggio che fa parte della famiglia dei massaggi olistici che considerano l'aspetto fisico e spirituale uniti e inscindibili tra loro. Il massaggio, che unisce in sé diversi aspetti dell'ayurveda, della medicina cinese e dello yoga, consiste in un'armonica sequenza di manipolazione e stimolazione dei muscoli, di digitopressioni, compressioni, stretching e stiramenti.

La sequenza può essere paragonata ad una danza lenta e meditativa, che permette all'operatrice e a chi lo riceve, di effettuare un viaggio con corpo e mente.

Caratteristica distintiva è l'essere svolto a terra; si intensifica il contatto diretto con l'energia madre, che contribuisce a riportare la persona che lo riceve in se stessa, in questo modo il massaggio viene vissuto in modo naturale e consapevole.

La profondità del massaggio porta ad un reale benessere generale e nel dettaglio:

- migliora la postura: le articolazioni, messe in trazione in modo fluido e naturale, conservano la loro elasticità, le ossa la capacità di assimilare il calcio, i muscoli e i tendini aumentano la loro flessibilità e si rinforzano;
- migliora la funzionalità del sistema nervoso, circolatorio e linfatico: le pressioni sollecitano il ritorno venoso e il drenaggio linfatico, determinando risultati visibili, come pelle più luminosa e liscia;
- sblocca i punti di tensione e dei meridiani;
- migliora la qualità del sonno;
- riduce lo stress;
- rinforza il sistema immunitario;
- ha una forte azione detossinante.

DURATA: 36 ore

CERTIFICAZIONE: Certificato di frequenza che certifica il raggiungimento di un'idonea capacità operativa professionale.