



MASSAGGI



CENTRO BENESSERE STRESA

## MASSAGGI

Le tecniche di massaggio proposte dal Centro Benessere Stresa sono estetiche o terapeutiche, comunque professionali. Le nostre estetiste e terapisti sono a Sua disposizione per aiutarLa a scegliere il massaggio o la terapia più adatta al Suo corpo e al Suo spirito.

**ADAMSKY** (durata: 15 minuti)  
Speciale tecnica di massaggio in grado di attivare l'intestino e la sua motilità, stimolandone lo svuotamento in modo naturale. Disintossica e riequilibra l'organismo.

**ANTISTRESS** (durata: 1 ora)  
Massaggio estetico indicato per alleviare lo stress. Attraverso movimenti lenti e profondi interviene sull'equilibrio energetico e riattiva la circolazione. Altamente defaticante e rilassante.

**AROMATICO** (durata: 45 minuti - 1 ora)  
Massaggio estetico effettuato con particolari combinazioni di oli essenziali per un trattamento rilassante e personalizzato in base alle specifiche esigenze.

**MASSAGGIO THAI** (durata: 45 minuti - 1 ora)  
Terapia di antichissima tradizione che attraverso una combinazione ritmata di compressioni ed allungamenti migliora la flessibilità, scioglie le tensioni muscolari profonde aiutando a recuperare vitalità e forma fisica. Si esegue a secco, a terra su un tradizionale materasso. Si consiglia di indossare abiti comodi.

**AYURVEDICO** (durata: 1 ora)  
Massaggio tradizionale indiano. Attraverso i percorsi energetici del corpo e grazie all'uso di particolari oli, trasmette una sensazione immediata di profondo benessere e di energia positiva, migliorando la circolazione e la flessibilità. E' effettuato a terra adagiati su uno speciale sacco riempito con semi di lino.

**A QUATTRO MANI** (durata: 30 minuti)  
Massaggio estetico eseguito da due estetiste contemporaneamente, secondo un mix di diverse tecniche di massaggio.

**ENERGETICO** (durata: 1 ora)  
Tecnica di massaggio orientale che attraverso movimenti di pressione e frizionamento lungo le vie energetiche, ripristina il naturale equilibrio e il flusso energetico.

**ENDORFINICO** (durata: 45 minuti)  
Massaggio rilassante che stimola la produzione delle endorfine. Ha un immediato effetto calmante ed è molto efficace nel risolvere contratture muscolari e dolori articolari.

**LINFODRENAGGIO** (durata: 45 minuti)  
Tecnica di massaggio che agisce sulla circolazione linfatica favorendo l'eliminazione dei ristagni di liquidi. Procura visibili benefici estetici e un'immediata sensazione di benessere. Può essere eseguito in aree localizzate o su tutto il corpo.

**MASS MAR** (durata: 30 minuti)  
Massaggio estetico anticellulite per combattere la ritenzione idrica profonda. Attivando una sorta di onda nei tessuti, permette ai liquidi di risalire in superficie e raccogliendoli nel derma ne facilita l'eliminazione. Il trattamento può essere eseguito in combinazione con idromassaggio termale, mesoterapia o fango.

**OKINAM** (durata: 45 minuti)  
Tecnica di massaggio proposta in esclusiva dal Centro Benessere Stresa. Sacchetti riscaldati contenenti semi di varia natura vengono tamponati su tutto il corpo. La pressione ritmata dei semi caldi agisce in profondità rilasciando le tensioni per un totale rilassamento della persona.

**RIFLESSOLOGIA PLANTARE** (durata: 30 minuti)  
Massaggio dell'antica tradizione cinese che prevede la stimolazione di alcuni punti riflessi della pianta del piede per il rilassamento della persona in generale e per la cura dei disturbi psicosomatici causati dallo stress. Rilassa e ristabilisce il corretto e naturale flusso di energia.

**SPINAL FLASH** (durata: 30 minuti)  
Innovativa tecnica di massaggio, studiata in esclusiva dal Centro Benessere Stresa, che mira a smuovere il flusso vitale dell'energia. Migliora la circolazione sanguigna e linfatica e favorisce un incremento delle difese immunitarie. Utilizza tecniche di digitopressione, micromassaggio e frizionamento concentrate particolarmente sul dorso.

**SPORTIVO** (durata: 45 minuti)  
Massaggio decontratturante e tonificante delle principali fasce muscolari, adatto a chi svolge attività fisica frequente, scioglie le tensioni e favorisce l'eliminazione dell'acido lattico.

**STONE THERAPY** (durata: 45 minuti)  
Massaggio distensivo e detossinante. Grazie all'azione combinata dell'olio caldo con pietre riscaldate di origine lavica, il massaggio agisce con efficacia lasciando i tessuti elastici e tonici, inducendo una profonda sensazione di rilassamento e benessere.

**DURANTE LA STAGIONE ESTIVA E' POSSIBILE EFFETTUARE I MASSAGGI ALL'OMBRA DEL GAZEBO ALLESTITO NEL PARCO DEL GRAND HOTEL. SI PREGA DI RISERVARE CON ANTICIPO IL SERVIZIO.**