

MASSAGGI

Affidatevi alla professionalità della équipe del **centro benessere Il Casale "Spa&Beauty" in Liguria** e in particolare godeteVi gli innovativi massaggi Yanna su lettino oscillante, hot stone massage, la fangoterapia su lettino a vapore ("Rosa del Deserto"), massaggio al cioccolato, il rilassante massaggio a quattro mani all'olio d'oliva del Casale aromatizzato alla rosa o all'arancio.

Massaggio a 4 Mani all'olio extra vergine d'oliva del CASALE

L'olio d'oliva è stato da sempre apprezzato non solo per i suoi aspetti gastronomici, ma anche perché, fin dall'antichità, gli sono state riconosciute proprietà curative e cosmetiche. In medicina Galeano lo prescriveva come rimedio al "mal di pancia", per Dioscoride funzionava contro i "veleni mortiferi" e Ippocrate lo consigliava contro le ulcere. In epoche più recenti ha combattuto gotta, artriti e reumatismi. Anche l'uso cosmetico è antichissimo. In un papiro egizio si legge come la bellezza si affidasse a creme e pomate preparate con "bacche di cipresso, grani d'incenso, latte e olio d'oliva". I Romani lo usavano anche per mantenere i denti bianchi, mentre noi in soluzione con l'olio di avocado lo spalmiamo sulla pelle per favorire l'abbronzatura. Il Relais Il Casale Vi propone un massaggio con l'olio d'oliva di produzione propria aromatizzato con olio essenziale di rosa "per lei" e di arancio "per lui" che prevede le manualità armonizzate di 2 operatori che creano un flusso ritmico rilassante e continuo. Il trattamento è uno dei più antichi e semplici della tradizione indiana.

Massaggio "emozionante" Yanna

Come nello yoga il presupposto su cui si fonda il METODO YANNA è la considerazione del corpo umano come una sorta di concentrazione di pura energia che esprime nell'addome la sua centralità e nel quale si trova la sede delle emozioni e dell'affettività. Il contatto e il dondolio del Massaggio con OLI SENSORIALI della linea Yanna induce alla regressione infantile riproducendo effetti positivi, emozionali e viscerali a livello corporeo ricollegando lo stato somatico con quello psichico (corpo-mente) Yin-Yang attraverso una diffusa sensazione di libertà e di leggerezza favorendo l'armonia fra la percezione di sé e della propria struttura corporea.

Massaggio Californiano

E' un massaggio molto armonioso, che si avvale di ampi movimenti avvolgenti, che stimolano la respirazione e le altre funzioni vitali dell'individuo, conferendo una straordinaria sensazione di benessere, di completezza e di calma interiore. Ha un'azione tonica sulla pelle. Agisce sul sistema muscolare, allentandone la tensione. Stimola la circolazione sanguigna, linfatica e dei liquidi interstiziali. Riattiva la vitalità della respirazione e, attraverso le zone riflesse, quella degli organi interni. Agisce sul sistema nervoso, inducendo un nuovo stato di calma, e ricostituisce le riserve di energie là dove esse difettano. Favorisce la digestione e l'eliminazione delle tossine. E' un'efficace cura contro lo stress.

Massaggio al Cioccolato

Lo chiamano il massaggio del sorriso perché...

E'ormai dimostrato che la cioccoterapia sfrutta tutte le proprietà del cacao e del cioccolato per la bellezza e il benessere.

Le sue molteplici proprietà agiscono sia sul corpo che sulla mente: il profumo del cioccolato va a stimolare le endorfine (ormoni del benessere) donando una sensazione di pace e benessere mentre le proprietà nutrienti del burro di cacao vanno ad idratare la pelle lasciandola morbida e compatta.

Massaggio ai Fiori di Bach

Il massaggio con i fiori di Bach è un massaggio che agisce sia a livello fisico che a livello mentale. I due effetti s'integrano e si completano a vicenda. Una tecnica di massaggio esclusiva in grado di veicolare l'essenza dei fiori di Bach attraverso i chakra e i meridiani energetici, uniti alla azione degli oli essenziali e alla manipolazione fisica dolce e rigenerante. I fiori di Bach, infatti, scelti nel modo giusto, potenziano l'azione fisica del massaggio aggiungendo la loro capacità curativa ed emozionale, sicuramente meno visibile ma altrettanto efficace interiormente. Inoltre questa tecnica ci fa sentire estremamente accuditi e coccolati.

Hot Stone Massage

Il massaggio con le pietre è un'arte antica, utilizzata già in passato soprattutto nella medicina ayurvedica indiana, dagli indiani d'America, dai medici cinesi e orientali in genere, ma anche, in tempi più remoti, da egizi e sumeri. Le sue origini provengono dalle usanze popolari degli sciamani di gran parte del mondo : l'uso terapeutico della Madre Terra, e quindi lo STONE MASSAGE, è sempre stato una parte rilevante di varie tradizioni e culture con applicazioni curative molto più specifiche di un semplice rimedio per lo stress della vita moderna. L'antica arte del massaggio, sovente praticato con l'ausilio di pietre calde e fredde, è dunque da sempre una tecnica tanto semplice quanto efficace per curare, rilassare ed aumentare, in generale , il nostro benessere psico-fisico.

Linfodrenaggio

Massaggio mirato alla stimolazione della circolazione linfatica. Molto indicato per dolori muscolari e articolari, per cellulite edematosa e per ritenzione idrica. Il linfodrenaggio è un massaggio terapeutico che stimola ed accelera il flusso linfatico. Attraverso ciò si ottiene un drenaggio all'accumulo di liquidi che ristagnano nei tessuti e nei punti superficiali del derma, facilitando inoltre il deflusso venoso e linfatico. Le scorie del metabolismo vengono rimosse più velocemente ed il corpo ne viene così alleggerito. Una tecnica che favorisce l'autodepurazione e l'autoguarigione del nostro organismo.

Riflessologia Plantare

La riflessologia plantare è una medicina naturale risalente a 5000 anni fa. Si tratta di una tecnica che si basa sui punti riflessi situati nel piede, se stimolate, queste zone inviano degli impulsi riequilibranti i meccanismi interni. Si lavora quasi esclusivamente con il pollice con una tecnica ritmica pressoria, poiché la pianta del piede è ricchissima di recettori nervosi, che mandano un impulso nel momento in cui vengono compressi. Gli stimoli arrivano direttamente al cervello, e servono a rimettere in funzione tutte le capacità dell'organismo, mettendo lo stesso nelle condizioni di funzionare correttamente.

Massaggio craniale (PER IL MAL DI TESTA)

Il massaggio del cranio è un trattamento dolce e non invasivo, che consente di sciogliere gradualmente le contratture presenti nella muscolatura del cranio. Il massaggio del capo, spesso tralasciato nelle normali tecniche di massaggio, consente invece di ottenere dei benefici già nel corso della prima seduta: infatti, tutte le nostre tensioni (spalle contratte, dolori di schiena, tensione nervosa, pensieri opprimenti, ecc...), si traducono, con il passare del tempo, in veri e propri "nodi" disposti sulla superficie del capo, provocando mal di testa e cefalee di diversa origine, senso di peso alla testa, lievi vertigini, ecc. Massaggiando correttamente tutto il capo (compreso il viso), si ottiene un graduale scioglimento delle tensioni muscolari, con conseguente senso di leggerezza alla schiena, migliorata flessibilità del collo, diminuzione di alcune forme di cefalea, rilassamento generale.

Massaggio connettivo alla schiena

Sempre più persone, ed in età sempre più giovane, si avvicinano al massaggio per alleviare i disturbi del mal di schiena. Il trattamento del mal di schiena (che non sostituisce eventuali terapie mediche indispensabili, ma si pone come coadiuvante nel mantenimento della salute della schiena), si avvale dell'integrazione tra diverse discipline naturali: il massaggio, i fiori di bach, l'aromaterapia, i cristalli, la psicosomatica, ed altre ancora. Praticando regolarmente questo trattamento si ottiene un graduale allungamento/rilassamento di tutta la muscolatura della schiena, migliorando sensibilmente i dolori da tensione e postura e contribuendo a lenire tutta una serie di algie della zona cervicale, dorsale o lombare.

Massaggio sportivo

Il massaggio mira al massimo recupero fisico dopo lo sforzo muscolare con azione drenante, defaticante e miorilassante ossia di decontrazione muscolare. Dopo sforzi sportivi si può avvertire un crampo alle estremità. Per alleviare questa spiacevole esperienza godetevi un massaggio distensivo.

Massaggio Tonificante

Massaggio mirato alla tonificazione tessutale. Si effettua con manovre molto energiche in base alla zona da trattare. Si otterrà così la circolazione sanguigna superficiale e profonda, la tonicità della muscolatura.

Massaggio modellante

Massaggio effettuato con diverse manovre che corrispondono a pressioni e movimenti differenti della mano esercitati con pressioni differenziate in base alla zona da trattare. Il risultato è la riattivazione della circolazione emolinfatica e la tonicità della muscolatura, con conseguente disintossicazione dell'organismo, maggior apporto di ossigeno ai tessuti e relativa rivitalizzazione.

Massaggio circolatorio

Il massaggio circolatorio ha finalità estetiche, volto a mantenere l'elasticità dei tessuti e a prevenire l'invecchiamento. Le manovre vengono eseguite in modo da favorire il ritorno venoso e linfatico. Agisce inoltre su muscoli, tessuto adiposo e connettivo, con azione drenante, stimolante e defibrosante, prevenendo e combattendo i vari stadi della cellulite. Il massaggio emo-linfatico amplia i benefici del linfodrenaggio e del presso massaggio e può dare ottimi risultati in alternanza a sedute di fanghi e sauna. Il tessuto risulterà così detossinato e più sano.