Indeciso em escolher o tipo de massagem mais adequado para si? Este artigo poderá ajudá-lo a decidir.

Primeiro contacto com a massagem

Se nunca experimentou o toque das mãos de um massagista profissional deverá estar na dúvida que tipo de massagem irá escolher. A nossa recomendação, para os principiantes, recai para a massagem californiana ou de relaxamento . Sendo uma massagem que não implica manobras fortes é a ideal para tornar o primeiro contacto com a terapia das massagens.

Tem dores?

Se sente algum tipo de dor ou desconforto, o ideal será experimentar uma massagem terapêutica . Neste tipo de massagem faz-se uso de manobras localizadas em pontos gatilho para aliviar ou libertar pontos ou músculo que estão presos ou stressados. Durante o tempo que for necessário o massagista irá trabalhar esses pontos para desfazer os nós ou aliviar pressões excessivas causadas por más posições.

Desportistas, Atletas

Especificamente temos para si, temos a massagem desportiva . Um tipo de massagem forte, focalizada em um ou vários grupos musculares utilizados em um específico exercício. Antes ou depois de uma competição recorra a este nosso serviço para sentir os efeitos causados no seu desempenho desportivo. Poderá também optar pelos Exercício Físicos Tailandeses para esticar os seus músculos.

Leva uma vida demasiada stressante?

Se vive uma vida demasiada stressanteaté para conseguir dormir, que tal experimentar uma massagem da cura do sono . São 2 horas de puro relaxamento total. No final sentir-se-á revigorado, fresco e com energias para enfrentar mais um dia da sua vida.

Quer fazer uma surpresa a alguém?

Opte por oferecer uma massagem californiana. Uma massagem leve, suave e delicada, dedicada ao relaxamento total. Vá ainda mais longe e partilhe este fabuloso momento com a sua cara-metade com uma massagem para casais .