

### MASSOTERAPIA/MASSAGGIO SPORTIVO

Le indicazioni della massoterapia sono molteplici.

A livello estetico aiuta la remise en forme.

Insieme alla ginnastica correttiva e alla rieducazione motoria viene utilizzato nelle malattie dell'apparato muscolore, nelle patologie articolari traumatiche, negli esiti di traumi, negli edemi, nelle lesioni tendinee e nei postumi di operazioni chirurgiche e di chirurgia estetica.

Aiuta anche le malattie del sistema nervoso periferico, le malattie dell'apparato circolatorio-respiratorio e le malattie dermatologiche.

Aiuta chi pratica attività sportiva, e può essere indicato prima dell'attività agonistica o fra due sforzi consecutivi o alla fine come "defaticante".

Gli effetti sono molteplici:

- La pelle diventa più morbida ed elastica
- Miglioramento della circolazione venosa ed anche linfatica
- Effetti sull'apparato muscolare: le modificazioni circolatorie provocate dal massaggio accelerano l'eliminazione dei cataboliti, cui è legato il fenomeno della fatica e reintegrano la funzionalità muscolare con miglioramento del tono e con azione ritardante dell'atrofia muscolare. Aiuta a modellare la silhouette.
- Effetti sul sistema nervoso: stimola il sistema nervoso vegetativo con effetti sedativi e rilassanti

**Le sedute sono su appuntamento e durano un'ora.**