



# SKY FITNESS CLUB

## MASSAGE THERAPY

### MASSAGE SERVICES

OPERATRICE SHANNON SILLA



#### **Massaggio decontratturante**

Ha la funzione di migliorare le fibre muscolari, di rilasciare la tensione accumulata per ridurre il dolore e la rigidità dei muscoli. Il massaggiatore ha lo scopo di andare a lavorare sulle zone muscolari specifiche per migliorare la circolazione sanguigna e sciogliere le contratture presenti.

#### **Massaggio drenante Gambesane®**

Il primo trattamento in Italia studiato specificatamente per ridurre, già dopo la prima seduta, ritenzione idrica, gonfiore e dolore alle gambe. Con specifiche manovre, già nella prima seduta, si andranno a liberare le vie di drenaggio dei liquidi e a riattivare la circolazione linfatica e venosa.

#### **Massaggio sportivo**

Questo massaggio ha come scopo principale la stimolazione dei muscoli e il miglioramento delle prestazioni atletiche. Si struttura in base agli obiettivi atletici del singolo individuo.

#### **Massaggio Svedese rilassante**

Il massaggio svedese dona un profondo rilassamento, migliora la circolazione sanguigna e l'elasticità dei tessuti. Consigliato per chi vuole un massaggio profondamente rilassante ma allo stesso tempo efficace sul corpo.