



Кабінет масажу

Оздоровчий масаж

1.	Загальний	450
2.	Голови	110
3.	Коміркова зона	190
4.	Спини	300
5.	Поясниці	180
6.	Рук	160
7.	Передпліччя	110
8.	Ніг	260
9.	Стоп	190

- Оздоровчий масаж зміцнює здоров'я, зберігає нормальний стан організму, попереджує захворювання.
- Оздоровчий масаж дуже ефективно поєднувати з відвідуванням лазні.
- Масаж сприятливо діє на нервову, м'язову та ендокринну системи, покращує рухливість в суглобах та стимулює обмін речовин.

Спортивний масаж

1.	Загальний (чоловічий)	450
2.	Загальний (жіночий)	430
3.	Коміркова зона	190
4.	Спини	350
5.	Поясниці	220
6.	Рук	150
7.	Ніг	290

Сеанси спортивного масажу мають велике значення на всіх етапах тренування (як складова частина тренувального циклу) безпосередньо перед початком заняття і після нього.

Використовується спортивний масаж:

- для підготовки до великих навантажень перед тренуванням;
- для збільшення сили м'язів;
- в період відпочинку під час тренування;
- для розслаблення сили м'язів і відновлення після тренування

Дитячий масаж

1.	Загальний (1 – 10 років)	180
2.	Загальний (11 – 16 років)	320
3.	Коміркова зона	100
4.	Спини (1-10 років)	120
5.	Спини (11-16 років)	160
6.	Рук	120
7.	Ніг	160
8.	Стоп	130

- Сеанс дитячого масажу є частиною комплексної профілактики різних дитячих захворювань: сколіоз, плоскостопість, пневмонія, бронхіт та ін.
- Дитячий масаж має велике значення при реабілітації після ушкоджень і травм, покращує координацію руху, гнучкість, виробляє силу і витривалість дитини.

Антицелюлітний масаж

1.	Загальний	450
2.	Живота	170
3.	Ніг	300
4.	Медовий	320

- антицелюлітний масаж заснований на застосуванні особливих технік мануальної дії на різні ділянки тіла і спрямований на усунення небажаних жирових відкладень, а значить на порятунок від целюліту і зайвої ваги
- є хорошим засобом при виведенні шлаків з організму, а також сприяє поліпшенню протікання обмінних процесів.

Аромамасаж

1.	Загальний	350
2.	Спини	180
3.	Ніг	200
4.	Рук	120