



Centro de Bienestar Paula García

C/ Las Procesiones 6 El Vellón

Tel. 686613043

centrobienestarpaulagarcia@yahoo.com
<http://centrodebienestarpaulagarcia.wordpress.com>



Carta de Masajes

Quiromasaje

Es un masaje que se da con las manos y se aplica sobre la cubierta corporal. Tiene a la vez, efectos reguladores sobre el dolor, la sensación general de energía, los estados de ánimo, el cansancio y en general sobre la psique.

Masaje relajante

Permite liberar la tensión y el estrés, consiguiendo una sensación de bienestar y relajación.

Masaje descontracturante

Mediante una presión lenta y profunda se trabaja la musculatura mejorando las contracturas.

Masaje con cuencos tibetanos

La vibración de estos instrumentos y sus sonidos armónicos equilibran tu cuerpo y tu mente a través del efecto resonancia.

Masaje circulatorio

Se aplica sobre las extremidades inferiores y en el abdomen. Se trata de una técnica específica para activar el riego sanguíneo, eliminar toxinas y favorecer el intercambio celular.

Masaje japonés en silla

Se practica en una silla ergonómica, se da vestido, sin aceites ni cremas, consiguiendo un estado de relajación.



Masaje refle-podal con sonopuntura

Un masaje en los pies, que te permite liberar las tensiones de esa zona de tu cuerpo, muchas veces olvidada. A su vez, se presionan partes del pie que reflejan otras partes del cuerpo.

Masaje facial japonés con sonopuntura

Ayuda a reparar el tejido facial, reduce el impacto del proceso de envejecimiento y estimula el sistema nervioso, mejorando la circulación de la sangre y el flujo linfático. Se eliminan toxinas y se destruyen células muertas, teniendo una piel más brillante, fresca y radiante.

Metamórfico

Masaje suave en los pies, manos y cabeza. Es una técnica vibracional, natural y sencilla que nos ayuda a recuperar la salud, la alegría y a vivir serenamente.

Reiki

Técnica energética que armoniza tu cuerpo y tu mente, a nivel físico, mental y emocional.

Cráneo Sacral

A través de esta técnica, trataremos de normalizar las estructuras fisiológicas del cráneo, también la columna vertebral, el sacrocóccix y todo el cuerpo.

Indio de cabeza (Chámpi)

Se trabaja espalda, hombros, brazos, cuello, cabeza y cara. Se consigue una relajación completa, reducción del estrés, induciendo a un estado de calma, paz y tranquilidad. Excelente para problemas de sueño, dolores de cabeza, mejorando la concentración.