



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.

Masaje "Sea Breeze" (Brisa del Mar)

A través de diferentes técnicas de masaje podrás conseguir los mismos efectos en tu cuerpo como si estuvieras disfrutando de la brisa del mar.

Al igual que el oleaje rompe contra tu fina piel, las manos del masajista se posarán en tu cuerpo permitiendo que se relaje, recordando la sensación de las olas en tu cuerpo.