

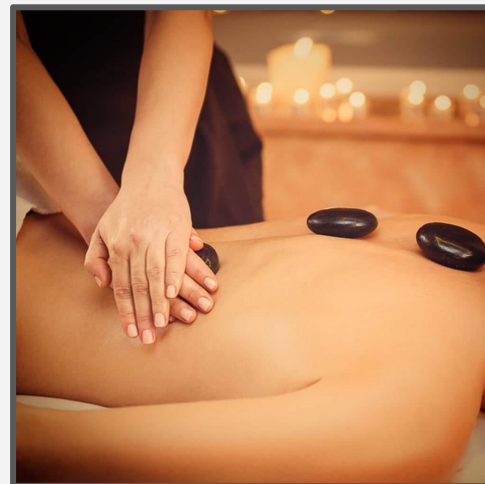
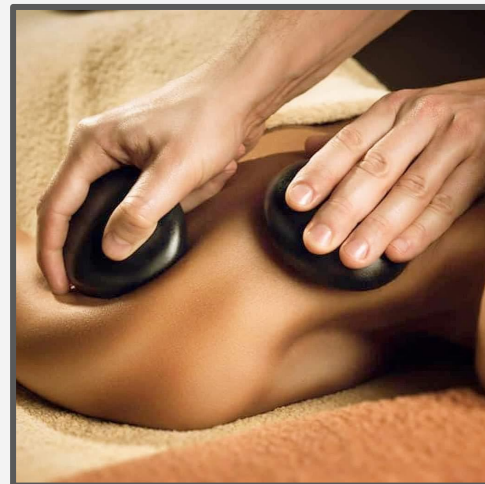
Varmt välkomna att läsa om våra massage behandlingar!

Samtliga massager
kan du använda ditt
friskvårdsbidrag till,
vi är även anslutna
till Actiway

Hot stone Massage 60 min

Hot stone massage är en helt underbar avslappnande och djup massage, med varma lavastenar. Här används de varma stenarna dels för utlägg på kroppen och dels som redskap under massagen. Värmen i kombination med de varma eteriska oljorna gör att man kan komma längre in i muskeln, utan att den upplevs som hårdhänt. Därmed kan massagen ändå upplevas som behagligt avslappnande och skön.

Massagen främjar harmoni och ett positivt energiflöde, den ger ett avslappnat meditativt tillstånd och en behaglig känsla av lugn. Stenarna som används är svarta, släta lavastenar. Massagen ökar blod- och lymfcirkulationen samt stimulerar cellförnyelsen. Den är djupt avslappnande, minskar stress, är renande och ger ny kraft och energi!



Djupgående Bambu Massage 60 min eller 30 min

En djupgående massage för dig som behöver hjälp att mjuka upp stela leder och muskler. Man kommer djupt in i muskulaturen och får loss både stelhet och spänningar. Massagen verkar även utrensande, vilket hjälper kroppen att bli av med slagg och giftiga ämnen. Behandlingen är dessutom väldigt effektiv mot celluliter om så önskas, då bambupinnarna går in på djupet och krossar cellulitdepåerna som sedan naturligt rensas ut ur kroppen.

Vi kommer gemensamt fram till vad vi fokuserar på under behandlingen.



Aroma Massage Lyx Helkropp 75 min eller Aroma Massage rygg & nacke 30 min

Aromamassage är en underbar och skön massage där kropp och själ kommer ner i en djup avslappning.

Under massagen används varma eteriska oljor både till huden men även för doftsinnen.

De eteriska oljorna har flera positiva egenskaper.

Vilka oljor som används beror på vad just din kropp och ditt sinne behöver.

Särskilt bra för dig som är stressad men även för dig som är trött i kroppen eller bara vill ha en skön avslappnande stund.

Aromamassage är en mjukare massageform som inte är djupgående.



Klassisk massage rygg & nacke 30 min

En medel-mjuk massage för rygg och nacke.

Klassisk massage används i förebyggande syfte och mjukar upp stela och ömma muskler samt ger en skön, avslappnande känsla. Massage av musklerna frigör en mängd viktiga ämnen i kroppen som påverkar vårt immunförsvar och även vårt psyke och välbefinnande.



Ansikte, nack & axelmassage med peeling & mask 45 min

För dig som känner att du behöver koppla av en stund och bara njuta! Rengöring med enzympeeling, 20 min massage i ansikte, nacke & axlar, sedan vila i avslutande mask.

Bra att veta om massage; Drick mycket vatten! Tänk på att alltid dricka mycket vatten både före och framförallt efter du fått en massage.

Massage vid graviditet ska undvikas de första 12 veckorna.

Massage vid sjukdom, undvik massage om du:

- har feber
- äter kortison eller anti inflammatoriska mediciner
- lider av hjärt/ kärlsjukdomar eller tumörer – Du kan alltid rådfråga din läkare om det är okej med massage