

Massaggio Decontratturante

Studio Olistico Sonia Salerno - Taranto

Benefici Principali

-  Scioglie le contratture e i nodi muscolari
-  Allevia dolori a collo, spalle, schiena e zona lombare
-  Migliora la circolazione sanguigna e l'ossigenazione dei tessuti
-  Riduce tensione, stress e rigidità
-  Favorisce il rilassamento profondo di corpo e mente
-  Aiuta a prevenire infortuni e dolori cronici

Come viene eseguito il trattamento

Il massaggio decontratturante viene effettuato con tecniche manuali mirate:

- Pressioni profonde e sostenute sui punti di tensione
- Manipolazioni dei trigger point (nodi muscolari)
- Stiramenti e allungamenti muscolari
- Tecniche di mobilizzazione dei tessuti molli
- Combinazione di movimenti lenti e ritmici per favorire il rilassamento

La durata del trattamento è di circa **60 minuti** e viene adattato alle tue esigenze specifiche.

Sonia Salerno-Via Monfalcone 25, Taranto • Tel/WhatsApp **371 587 7977**