

1. **Мускулатурата се тонизира и релаксира**
2. **Масажът подобрява еластичността на кожата**
3. **Подобрява се лимфо- и кръвообращението**
4. **Повлияват се определени вътрешни органи**
5. **Отстранява се умерената болка (аналгетичен ефект)**
6. **Подобрява се и кръвоснабдяването на сърцето**
7. **Изразената мускулна умора изчезва след масаж**
8. **Подобрява обмяна на веществата и регенерационните процеси**
9. **Успокоява регенерацията на увредената костна тъкан**
10. **И не на последно място доставя невероятно удоволствие**

Препоръчително провеждане: 1 - 2 масажа седмично