

Терапията **Hot Stone Massage** е една от най-древните и същевременно скоро възродени техники на масажа за преодоляване на умората и стреса.

Този великолепен масаж, освен че носи удоволствие и отпуска, подобрява кръвообращението и лимфния поток, регулира кръвното налягане и значително облекчава притока на кислород към клетките, премахва мускулните болки; насища тъканите с кислород; помага при артрит, остеохондроза; стимулира извеждането от организма на токсините и излишните течности; помага при стрес; възстановява тонуса и еластичността на кожата. Последователите на аюрведа дори го включват в холистичното лечение на рака.