

Vista Spa Masáže

Relaxační masáž

Relaxační masáž slouží k uvolnění těla a mysli, odstraňuje stres a napětí, zmírňuje bolesti zad, ztuhlost šije, přináší zklidnění a celkově osvěžuje celé tělo. Spolu s vonnými nejkvalitnějšími aroma oleji, navodí stav vnitřní harmonie a přinese Vám to pravé uvolnění.

Regenerační masáž

Regenerační masáž pomáhá uvolnit napětí ve svalech, podpořit krevní oběh a urychlit regeneraci těla. Je ideální po fyzické námaze nebo jako prevence proti přetížení a stresu. Přináší hlubokou relaxaci a celkové osvěžení organismu.

Antistresová masáž

Tato masáž zbavuje tělo fyzického a psychického napětí, nesoustřednosti, nervozity, pocitu vyčerpání, úzkosti, deprese a tísně.

Masáž lávovými kameny

Teplo lávových kamenů uvolňuje zatuhlé svaly, obnovuje tok energie a přináší pocit harmonie. Tlak z kamenů okamžitě uleví od bolesti a napětí, což vás uklidní a navodí hlubokou relaxaci, při které se stresy samovolně uvolní.

Masáž hlavy a obličeje

Vychází z ayurvédské masáže, při které dochází k vyladění obou mozkových hemisfér a hlubokému uvolnění celého nervového systému. Uvolňuje a protahuje svaly krční páteře a také odstraňuje energetické bloky. Je vhodná na jakoukoli nerovnováhu těla a mysli.

Masáž nohou

Masáž nohou uvolňuje napětí, zlepšuje krevní oběh a pomáhá odbourat únavu. Zaměřuje se na chodidla, lýtka a kotníky, čímž přináší úlevu po dlouhém stání nebo fyzické zátěži. Podporuje celkovou relaxaci a regeneraci těla.

Párová masáž

Párová masáž je skvělý způsob, jak si užít v jeden čas relaxaci společně s partnerem nebo přáteli. Během této masáže jsou oba klienti masírováni buď ve stejné místnosti, nebo ve dvou oddělených místnostech. Zaměřuje se na uvolnění napětí, zlepšení prokrvení a celkovou regeneraci těla.

(na vyžádání)