

# MASSAGGIO THAILANDESE

Il massaggio Thai è una speciale forma di massaggio che **unisce** efficaci **tecniche di pressione, stimolazioni manuali** ed esercizi di **Yoga e stretching**. Trae origine dal più antico gesto dell'uomo, quello di **prendersi cura del proprio dolore attraverso il contatto di una mano amica ed esperta**.

Il Thai Massage o Massaggio Antico viene in pratica quotidianamente utilizzato per **normalizzare ogni alterazione e stato doloroso fisico e psicofisico**, ma anche dimensioni più profonde quali quelle emozionali ed energetiche. Aiuta a **ricostruire quell'armonia nel nostro corpo**, troppo spesso alterata da stati di tensione e di stress. È, innanzitutto, l'arte di toccare alcuni punti che si trovano su linee invisibili, chiamate le 10 linee del massaggio Thai o 10 Sen.

Le **pressioni** operano molto profondamente sul sistema linfatico e circolatorio determinando dei risultati visibili: drenaggio dei liquidi di troppo e acido lattico, pelle più liscia, elastica e luminosa. Abbiamo un lavoro diretto sul sistema muscolare contribuendo alla **funzionalità del tessuto muscolare**. Le **posizioni Yoga e stretching** permettono il lavoro sui **canali energetici, muscoli, tendini e legamenti**. Un altro lavoro importante viene fatto con gli sblocchi articolari, garantendo un invecchiamento più lento e una maggiore forza ed elasticità. Vi è poi una **parte molto dolce** atta al **rilassamento** e al **coinvolgimento del sistema emozionale** della persona trattata, permettendo sblocchi di carattere emotivo spesso causa di numerose problematiche e malattie.

