О талассотерапии больше и лучше всех знают люди, у которых слово море называется thalassa, а слово лечение - therapeia. Талассотерапия - это теплые бурлящие ванны с морской водой, это бодрящий морской воздух, утренние прогулки по берегу моря, запах моря, водорослей, устриц, лежащих на льду, тишина и покой. Главная особенность Талассотерапии - центр должен располагаться на морском берегу и для процедур может использоваться только свежая морская вода, взятая из моря не более 24 часов до применения.

SPA - аббревиатура от латинского выражения «Sanus per Aquam», это запах ароматического масла, мягкий мерцающий свет свечей, интерьерные изюминки - оригинальные композиции из цветов и поделок, расслабляющий массаж, тайны восточной медицины.

SPA - очень широкое понятие, известное со времен Древнего Рима, где для исцеления недугов использовали термальные источники и термальные ванны. Жизнь, как известно, зародилась именно в воде. И именно из воды мы можем бесконечно черпать энергию, здоровье и просто удовольствие. Основу SPA составляют разнообразные массажи в сочетании с ароматическими ваннами и другими оздоровительными и тонизирующими процедурами.

В самых лучших центрах Талассотерапии и SPA Греции гармонично сочетаются и используются все факторы: климат, природа, температура, руки массажиста, запахи, цвета, звуки, музыка, пища, напитки и др. SPA - процедуры направлены на оздоровление и релаксацию всего организма в целом. Воздействуя через кожный покров, активные компоненты ускоряют процессы обмена веществ, нормализуют кровообращение, выводят токсины из организма и улучшают общее самочувствие.

Основные методики Талассотерапии и SPA

Талассотерапия - это метод лечения, использующий морскую воду, а также обертывания составами, содержащими продукты моря: морские водоросли, грязи, экстракты планктона, морская соль, собранные в экологически чистой акватории. Это высокоэффективное средство очищения кожи, увлажнения, выведения токсинов, питания, повышения эластичности кожи.

Водорослевые обертывания на основе бурых и красных водорослей эффективны для решения различных проблем: выведение шлаков и токсинов, проблемы целлюлита и избыточного веса, повышение тонуса кожи, укрепление ее тургора и улучшение эластичности.

Разнообразные виды массажа: наряду с классическими массажными техниками большой популярностью пользуются энергетические и восточные техники массажа.

Гидромассаж способствует улучшению обменных процессов в организме, нормализирует кровообращение в мышечных тканях и нижних конечностях, кроме того, снимает стресс и снижает возбудимость организма.

Массаж Шиацу - древнейшая техника японского массажа, которая состоит в осторожном давлении пальцами на определенные точки на теле человека вдоль энергетических меридианов с целью разблокировать энергетические каналы и стимулировать циркуляцию жизненной энергии.

Массаж антистресс – это общий деликатный массаж, который имеет прекрасное расслабляющее воздействие на мышечные ткани поясницы и затылочной части.

Пилинг тела - является общим массажем тела, который проводится с использованием продуктов косметики в зависимости от типа кожи и способствует удалению мертвых клеток и очищению кожи, после чего поры кожи очищены и открыты. Таким образом, пилинг тела производит двойной эффект: с одной стороны процедура регенерирует кожный покров, с другой кожа принимает здоровый вид и шелковистость.