

Ciprian Bachigeanu

Masajul balinez

Originar din Bali, asa cum o arata si numele sau, masajul balinez este un cocktail relaxant, alcatuit din diferite tehnici de masaj asiatic. Mesajul balinez rezulta dintr-un masaj indian, indonezian, chinezesc si din tehnicile medicinei traditionale ayurvedice. El este o compozitie armonioasa de masaj energetic și de modelaj delicat pentru a-i oferi celui care beneficiaza de el un moment unic de relaxare si placere.

Sarea, nisipul si algele plajelor, pietrele vulcanice ale muntilor, florile, plantele, radacinile campurilor stravechi va vor transporta in cea mai frumoasa calatorie ce ati facut-o vreodata in frumoasa insula Bali!

Ritualul (120 minute)

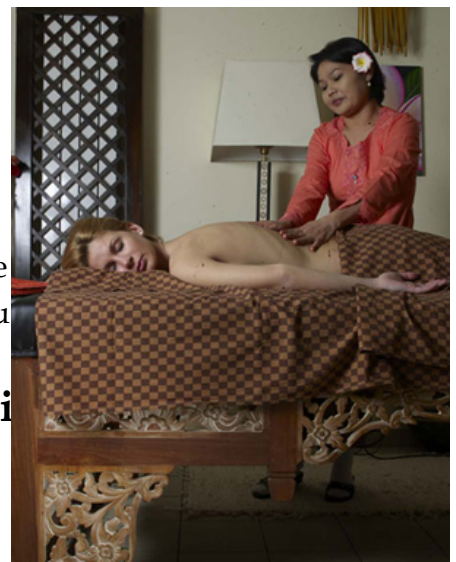
- Inmuierea ambelor picioare intr-un bol putin adanc cu apa calda si sare de baie pentru picioare (5 min)
 - masaj corporal folosind uleiuri de masaj Bali Beach (60 min)
- curatarea si exfolierea intregului corp cu pudra exfolianta cu cocos si scortisoara Bali (20 min)
- cu ajutorul unei pensule mari se aplica pe intreg corpul masca corporala Bali Borah ce ajuta la eliminarea impuritatilor si a pielii moarte (20 min)
- uscare usoara cu un prosop dupa care se aplica crema corporala hidratanta Bali Asli (5 min)
 - incheierea tratamentului cu servirea unui ceai fierbinte de iasomie
 - * scortisoara - antireumatic, antiinflamator, afrodisiac
 - * iasomia - efect calmant, antidepresiv, relaxant muscular

Ritualul Zen pentru trup si minte

Va invit intr-un univers paralel unde mintea si trupul se imbina intr-o armonie perfecta. Acest ritual cu ceai verde calmeaza toate simturile impregnandu-va o liniste specifica Zen. Cat ai clipi, stresul si problemele de zi cu zi dispar precum o piatra aruncata intr-un iaz linistit.

Ritualul (105 minute)

- inmuierea ambelor picioare intr-un bol cu apa calda si spalarea lor cu gel de spalare pentru picioare, folosind o perie. Gelul contine piper betel, cu rol antiseptic si este aromat cu ulei esential de cajeput (5 min)
- masaj corporal folosind tehnica masajului cu pietre fierbinti. Aceasta metoda relaxeaza muschii si imbunatatesta circulatia sangvina. Ingredientul activ al uleiului de masaj cu



0722.511.485 masaj-osteopati

Ciprian Bachigeanu

ceai verde este ceaiul verde alaturi de extractul de alge, aromat cu ulei esential de ghimbir (60 min)

- se aplica masca de corp cu ceai verde pe intreg corpul folosindu-se o pensula mare. Se acopera corpul cu folie de aluminiu sau o patura calda cu efect de incalzire. Masca contine argila, ceai verde, alge si ghimbir. Se amesteca masca pudra cu apa calda pana la o consistenta subtire si se adauga miere inaintea aplicarii pe piele (20 min)
- se incheie tratamentul cu aplicarea unei creme hidratante de ceai verde si miere, aromata cu ulei esential de ghimbir (5 min)
- se savureaza o ceasca de ceai verde japonez cu miere.
- piper betel - relaxant, afrodisiac, tratamentul migrenelor



Slabirea - ritualul anticelulitic

Acest tratament slabeste, curata si distruge depozitele de grasime ale corpului cu ajutorul acestei exceptionale terapii. Ingredientele active, reprezentate de uleiuri esentiale de lamaie, busuioc si grapefruit ajuta la distrugerea tesutului adipos si dispersarea lui cu ajutorul functiilor normale ale organismului.

Ritualul (150 minute)

- inmuiera ambelor picioare in apa calda cu sare de baie pentru picioare (5 min)
- se spala intregul corp cu apa calda amestecata cu tonifiant corporal. Cu un prosop se indeparteaza excesul de spuma si apa (10 min)
- pentru combaterea celulitei se aplica la nivelul bratelor, coapselor, soldurilor si abdomenului, exfoliant anticelulitic (10 min)
- folosindu-se ulei de masaj tonifiant se va face un masaj pentru drenaj limfatic. Uleiul contine extracte naturale de uleiuri esentiale de Cantella Asiatica (Gotu Kola) si cafea ce ajuta la arderea grasimilor si tonifierea corpului. Pentru un rezultat maxim uleiul va fi incalzit (60 min)
- se face o impachetare cu o masca antitelulitica si se acopera corpul cu o folie de plastic sau aluminiu peste care se aseaza o patura calda (25 min)
- corpul se sterge cu un prosop si se hidrateaza cu o lotiune tonifianta (5 min)
- in incheiere se serveste un ceai fierbinte de ghimbir

Ciprian Bachigeanu



Ritual corporal revitalizant si rejuvenant cu extracte marine

Acest tratament ar putea fi denumit „The Deep Blue” („Adancul albastru”) datorita valurilor de energie produse de combinatia surprinzatoare si unica a uleiurilor esentiale de lavanda, chiparos si priboi (geranium).

Ritualul (135 minute)

- inmuiera ambelor picioare in apa calda cu sare de baie pentru picioare (5 min)
- se face o exfoliere a picioarelor folosind gelul scrub pentru picioare. Acesta curata in profunzime si pregateste oaspetele pentru relaxare si tratament (5 min)
- masaj corporal balinez combinat cu presopunctura. Se folosesc uleiuri cu extracte marine de masaj (60 min)
- se aplica pudra exfolianta cu extracte marine pe intreg corpul. Este o metoda excelenta de exfoliere ce remineralizeaza si hidrateaza pielea (25 min)
- cu ajutorul unei pensule mari se face o impachetare cu masca de corp cu extracte marine. In timp ce se asteapta uscarea mastii se ofera oaspetelui un masaj facial timp de 10 min dupa care se aplica pe fata felii de catravete (20 min)
- un dus rapid si fierbinte ce indeparteaza masca uscata (5 min)
- crema cu extracte marine se foloseste pentru hidratare (5 min)
- la incheierea tratamentului se savureaza un ceai fierbinte de menta (menta - tonifiant, calmant)

Principiile masajului balinez

Scopul masajului balinez este sa ofere pacientului un echilibru perfect intre corpul si sufletul sau. Armonizarea acestor doua elemente ii permite acestuia sa se bucure de o bine meritata stare de bine. Uleiurile esentiale sunt foarte utilizate in masajul balinez, printre preferate numarandu-se: iasomia, ylang -ylang si lemnul de santal. Obiectivul unei sedinte de masaj balinez este sa stimuleze punctele energetice ale corpului nostru. Odata activate, aceste puncte favorizeaza circulatia sangelui si activeaza sistemul imunitar al organismului. Ca toate masajele de provenienta asiatica si masajul balinez este bazat pe elementele naturale care compun universul: apa, focul si aerul. Aceste trei



Ciprian Bachigeanu

elemente sunt apoi impartite pe intreg corpul, iar masajul balinez actioneaza asupra a trei sisteme: sistemul nervos, sistemul hormonal si sistemul digestiv. Tratarea acestor trei sisteme este o sursa de echilibru pentru pacient.

Cum se desfasoara o sedinta de masaj balinez

O sedinta de masaj balinez este impartita in doua etape: prima parte consta intr-un masaj dinamizant, iar cea de-a doua intr-un ritual relaxant. Masajul propriu-zis se desfasoara in felul urmator: pacienta sta intinsa pe o masa de masaj, iar maseurul ii unge trupul cu uleiuri esentiale. Apoi incepe masarea. Aceasta prima parte a masajului este foarte energica, practicianul realizand masarea din cap pana-n picioare. El face presiune asupra corpului, folosind varfurile degetelor precum si antebratele. Sedinta continua cu o inlantuire de miscari de intindere ce sunt destul de blande pentru piele. Efectuand intinderea, maseurul continuand sa faca o presiune mai mica sau mai mare asupra anumitor puncte ale corpului. Dupa aceasta dinamizare a organismului, maseurul face o remodelare a corpului. Remodelarea este urmata de un masaj bland asupra cefei si spatelui.