***ОБЩИЙ***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид массажа | Продолжительность сеанса,**мин.** | Цена, руб. | Описание |
| Общеукрепляющий (оздоравливающий массаж) | 60  | **2100** |

|  |
| --- |
| Классическая мануальная техника, повышающая тонус мышц и возвращающая кровеносную систему в нормальное русло. |

 |
| Общеукрепляющий (оздоравливающий массаж) | 90 | **3100** | Классическая мануальная техника, повышающая тонус мышц и возвращающая кровеносную систему в нормальное русло. |
| Общеукрепляющий (оздоравливающий массаж) | 120 | **-** | Классическая мануальная техника, повышающая тонус мышц и возвращающая кровеносную систему в нормальное русло. |
| Лимфодренажный массаж (испанская техника) | 60 | **2300** | Специальная массажная техника для выведения лишней воды из организма. Рекомендовано для помощи в борьбе с лишним весом и целлюлитом. |
| Лимфодренажный массаж (испанская техника) | 90 | **3300** | Специальная массажная техника для выведения лишней воды из организма. Рекомендовано для помощи в борьбе с лишним весом и целлюлитом. |
| Лимфодренажный массаж (испанская техника) | 120 | **-** | Специальная массажная техника для выведения лишней воды из организма. Рекомендовано для помощи в борьбе с лишним весом и целлюлитом. |
| Спортивный массаж | 60 | **2600** | Восстанавливает тело после тренировок и соревнований, устраняет эффект "забитых мышц", используестся сильная мануальная техника. |
| Спортивный массаж | 90 | **3800** | Восстанавливает тело после тренировок и соревнований, устраняет эффект "забитых мышц", используестся сильная мануальная техника. |
| Спортивный массаж | 120 | **-** | Восстанавливает тело после тренировок и соревнований, устраняет эффект "забитых мышц", используестся сильная мануальная техника. |

***ОБЩИЙ***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид массажа | Продолжительность сеанса, мин. | Цена, руб. | Описание |
| Антистресс-массаж | 60  | **2100** |

|  |
| --- |
|  |

Вы забудете про наболевшие  проблемы и восстановите тело и душу после тяжелого рабочего дня (особенно рекомендуем для "сидячих профессий" и офисных работников). |
| Антистресс-массаж | 90 | **3100** | Вы забудете про наболевшие  проблемы и восстановите тело и душу после тяжелого рабочего дня (особенно рекомендуем для "сидячих профессий" и офисных работников). |
| Антистресс-массаж | 120 |  | Вы забудете про наболевшие  проблемы и восстановите тело и душу после тяжелого рабочего дня (особенно рекомендуем для "сидячих профессий" и офисных работников). |
| Релакс-массаж | 60 | **2100** | Легкая мануальная техника с применением аромамасел для расслабления тела. |
| Релакс-массаж | 90 | **3100** | Легкая мануальная техника с применением аромамасел для расслабления тела. |
| Релакс-массаж | 120 | **-** | Легкая мануальная техника с применением аромамасел для расслабления тела. |

***ДЕТСКИЙ***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид массажа | Продолжительность сеанса,мин. | Цена, руб. | Описание |
| Общий детский массаж (от 3 до 12 лет) | 30/45  | **1400/1800** |

|  |
| --- |
|  |

Детский массаж – это сочетание растираний и поглаживаний, которое не только приносит ребенку удовольствие, но и оказывает на его организм лечебное воздействие. Детский массаж эффективно стимулирует рост и развитие мышечной массы малыша, поддерживает общий тонус организма, является в определенной степени раздражителем рецепторов кожного покрова и лежащих глубже тканей. |

***БАНОЧНЫЙ***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид массажа | Продолжительность сеанса, мин. | Цена, руб. | Описание |
| Баночный массаж (общий) | 30 | **-** |

|  |
| --- |
|  |

Создавая отрицательное давление на определенном участке поверхности тела, вакуумный баночный массаж вызывает резкое усиление кровообращение, приток артериальной крови и отток крови венозной. Улучшается и лимфодренаж. Как следствие, в зоне воздействия стимулируются обменные процессы, ускоряется регенерация тканей, активируются механизмы иммунного ответа и выделяются биологически активные вещества. \* |
| Баночный массаж (спина) | 20 | **-** |
| Баночный массаж(лицо) | 10 | **-** |

\*Проведение вакуумной терапии строго противопоказано людям, которые страдают различными заболеваниями и повреждениями кожи. Если на коже имеются участки с близко расположенными сосудами или ярко выраженные костные выступы, то также не стоит прибегать к данной процедуре. Противопоказан баночный массаж и при беременности.

***МИОСТИМУЛЯЦИЯ (АППАРАТНЫЙ)***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид массажа | Продолжительность сеанса, мин. | Цена, руб. | Описание |
| Зонально (по выбору клиента) | 30  | **-** |

|  |
| --- |
|  |

Миостимуляция – это процедура, основа которой — воздействие электрическим током на мышцы человека, что приводит к улучшению тонуса всего организма, его детоксикации, уменьшению жировых отложений, а также к снятию болевого синдрома.\* |

***\*Показания и противопоказания:***

Миостимуляция показана в следующих случаях:

* Для коррекции фигуры.
* Как один из компонентов комплексной программы похудения.
* При наличии целлюлита и растяжек.
* При дряблой коже и слабых мышцах лица.
* Для улучшения микроциркуляции и лимфооттока в выбранных зонах.
* Наличие нервно-мышечных патологий.
* Для тренировки спортсменов.
* Лечение параличей и парезов, устранение гипертонуса мышечных волокон.
* Терапия атонии век, отечности лица, опущения мягких тканей.

Противопоказания к миостимуляции

* Патология системы кроветворения.
* Злокачественные и доброкачественные новообразования.
* Туберкулез органов дыхания или мочевыделительной системы.
* Желчнокаменная или почечнокаменная болезнь.
* Острая стадия воспалительного процесса.
* ОРВИ.
* Гипертермия.
* Повышенная чувствительность к электрическому току.
* Период беременности и лактации.
* Менструация.
* Наличие кардиостимулятора у человека.

***АНТИЦЕЛЛЮЛИТНЫЙ***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид массажа | Продолжительность сеанса, мин. | Цена, руб. | Описание |
| Антицеллюлитный общий массаж проблемных зон (живот ,бёдра, ягодицы, руки) | 60 | 2600 | Специальная техника для разбивания целлюлитных и жировых отложений. |
| Антицеллюлитный общий массаж проблемных зон (живот ,бёдра, ягодицы, руки) | 90 | - | Специальная техника для разбивания целлюлитных и жировых отложений. |
| Антицеллюлитный общий массаж проблемных зон (живот ,бёдра, ягодицы, руки) | 120 | - |

|  |
| --- |
|  |

Специальная техника для разбивания целлюлитных и жировых отложений. |
| АНТИЦЕЛЛЮЛИТНЫЙ (ЗОНАЛЬНО) |
| Бёдра, ягодицы | 30/40 | 1500/1800 |

|  |
| --- |
|  |

Специальная техника для разбивания целлюлитных и жировых отложений. Особое внимание уделяется проблемным зонам. |
| Живот, бёдра | 30/40 | 1500/1800 | Специальная техника для разбивания целлюлитных и жировых отложений. Особое внимание уделяется проблемным зонам. |

***ЗОНАЛЬНЫЙ***

|  |
| --- |
| **СПИНА** |
| Вид массажа | Продолжительность сеанса, мин. | Цена, руб. | Описание |
| Классический | 30 | 1400 | Одно из самых действенных средств восстановления работоспособности позвоночника. |
| Спина + ноги | 45 | 1800 | Эффективен для снятия напряжения и усталости мышц, |
| **ШЕЙНО-ВОРОТНИКОВАЯ ЗОНА** |
| Массаж шейно-воротниковой зоны | 15 | 700 | В значительной мере улучшает кровоснабжение головного мозга, позволяет поступать в голову необходимому количеству кислорода и улучшается венозный отток. |
| Массаж шейно-воротниковой зоны | 30 | 1400 |
| **НОГИ** |
| Общий массаж ног | 30 | 1400 | Общий массаж ног (бедро, голень, стопа). Действие массажа направлено на улучшение кровообращения в суставах и других анатомических образованиях опорно-двигательного аппарата. |
| Общий массаж ног | 60 | - |
| **СТОПЫ** |
| Ручной массаж | 15 | 700 | Снимает усталость, улучшает сон, активизирует иммунную систему, воздействуя на весь организм в целом. |
| Ручной массаж | 30 | 1400 |
| Аппаратный массаж | 15 | - |
| **РУКИ** |
| Классический массаж рук | 30 | 1400 | Массаж рук улучшает кровообращение и обменные процессы, помогает избавиться от отеков, болей и спазмов в мышцах и суставах, улучшает моторику рук, благоприятно сказывается на состоянии кожи, которая подтягивается, становится упругой и мягкой. |
| Классический массаж рук | 60 | - |

***ЗОНАЛЬНЫЙ***

|  |
| --- |
| **ЖИВОТ** |
| Классический массаж живота | 30 | 1400 | Основной целью такого массажа является раздробление жировых отложений, а также улучшение кровообращения области передней брюшной стенки.\* |
| Классический массаж живота | 60 | - |

***\*Показания и противопоказания:***

Перед началом проведения массажа живота убедить, в отсутствии у вас противопоказаний к проведению процедуры.

Показания:

* Наличие подкожных целлюлитных отложений в области живота
* Вздутие живота

Противопоказания:

* Наличие воспалительных процессов в брюшной полости и области таза, включая опухолевые новообразования
* Период менструации
* Обострение вирусно-инфекционных и хронических заболеваний

Противопоказания к проведению массажа

Перед проведением лечебного массажа нужно учитывать все противопоказания. Их гораздо больше, чем у гигиенического массажа:

1. Различные заболевания крови.

2. Острый воспалительный процесс в организме.

3. Высокая температура и острые лихорадочные состояния массируемого.

4. Кровотечения и предрасположенность к ним.

5. Гнойные процессы.

6. Цинга.

7. Различные кожные заболевания, заболевания ногтей, волосистой части головы инфекционного, грибкового или неясного происхождения, а также бородавки, повреждения кожного покрова, кожные высыпания, раздражения кожи, гнойничковые и острые воспалительные процессы на поверхности кожи, герпес, экзема, гирсутизм, контагиозный моллюск и т. п.

8. Наличие ссадин, трещин и других кожных повреждений.

9. Наличие трофических язв, гангрены.

10. Острое воспаление, тромбоз, варикозное расширение вен с трофическими нарушениями.

11. Тромбангиит, осложненный атеросклерозом мозговых сосудов, атеросклероз периферических сосудов.

12. Ангиит.

13. Воспаление лимфоузлов и сосудов, болезненные, увеличенные лимфоузлы, спаянные с кожей.

14. Аневризмы сердца, аорты, сосудов.

15. Обострения заболеваний вегетативной нервной системы (ганглионит, диэя-цефальный криз).

16. Кровоизлияния в кожу, аллергия с геморрагическими и прочими воспалениями.

17. Активная форма туберкулеза.

18. Кровотечения, связанные с язвенной болезнью, заболеваниями женской половой сферы и травмами.

19. Остеомиелит в хронической форме.

20. Каузалгический синдром вследствие травмы периферических нервов,

21. Злокачественные и другие опухоли любой локализации до хирургического лечения.

Без хирургического вмешательства при миомах допускается массаж рук, стоп, голеней и воротниковой зоны.

22. Сильное физическое или психическое утомление массируемого.

23. Психические заболевания, сопровождающиеся сильным возбуждением и значительным изменением психики.

24. Наличие кровотечения III степени.

25. Нарушение кровообращения в конечностях у людей, больных тромбан-гиитом и атеросклеротическими окклюзиями.

26. Наличие Гипотонического или гипертонического криза.

27. Острая ишемия миокарда.

28. Склероз мозговых сосудов со склонностью к кровоизлияниям и тромбозам.

29. Тяжелое состояние массируемого при различных травмах и заболеваниях.

30. Отек Квинке.

31. Острые респираторные заболевания (ОРЗ). Массаж может проводиться через 2-5 дней после выздоровления.

32. Бронхоэктатическая болезнь в период тканевого распада.

33. III степень легочно-сердечной недостаточности.

34. Заболевания органов брюшной полости со склонностью к кровотечению.

35. Рвота, тошнота, болезненные ощущения при пальпации живота.

36. Острые венерические заболевания, сифилис I и II стадии.