

HOT STONE

Hot stone masaža ili masaža toplim vulkanskim kamenjem je posebna vrsta masaže u kojoj se koristi kamenje za opuštanje mišića.

Kamen je najčešće bazalt, crni vulkanski kamen koji dobro zadržava toplinu. Ovo je prvenstveno ugodna i relaksirjuća vrsta masaže. Kamenje se zagrije u posebnom grijaču, postavi se na određena mjesta na tijelu i masira se s njim. Što je duža primjena, dublje je prodiranje topline u mišićno tkivo i zglobove. Nakon što je dio tijela bio izložen toplom kamenju, moguće su crvene pjege kao nuspojava, zbog povećane cirkulacije krvi u tom dijelu tijela.

Ova masaža pojačava rad srca, proširuje kapilare, opušta vezivno tkivo, povećava metabolizam, ima smirujući učinak.

Kod nas se na kraju tretmana postavljaju kristali po čakrama pa se postiže i energetski efekt. Čakre su energetski centri na tijelu, postavljanjem određenih kristala na njih tok energije se uravnotežuje i na taj način se vraća dobro stanje i harmonija.

