

Voordelen Massage

Wat zijn de voordelen van een massage?

Een massage helpt u om te relaxen, te harmoniseren en om te verjongen. Er zijn talloze positieve effecten bij het ondergaan van regelmatige massages, en met de drukke levens die we heden ten dage leiden, zal Innersmile u helpen te ontstressen. Meer en meer mensen zoeken een massage om te relaxen, om de stress te verlichten die gepaard gaat met de dagelijkse spanningen van onze levens, of eenvoudigweg om onze goede gezondheid te waarborgen en om een gezonde levensstijl te bereiken. Oh, en laten we niet vergeten hoe goed het voelt om gekoesterd te worden door een masseur..

VOOR NA Het ontvangen van een massage op een regelmatige basis; **VERLICHT STRESS**

MOEDIGT AAN OM BETER TE ONTSPANNEN
VERBETERT UW LICHAAMSHOUDING
ZORGT VOOR EEN BETERE DOORBLOEDING

VERLAAGT DE BLOEDDRUK

ONTSPANT DE SPIEREN

VERBETERT UW FLEXIBILITEIT EN BEWEGINGEN

BEVORDERT DIEPER EN GEMAKKELIJK ADEMHALEN

VERLICHT SPANNING GERELATEERDE HOOFDPIJN

VERSTERKT HET IMMUUNSYSTEEM