



Massage “DEEP TISSUE”

Le massage “DEEP TISSUE” est pour soulager des tensions musculaires reliées à leur travail, à la pratique d'activités ou encore à de mauvaises postures. D’une grande lenteur et d’une grande profondeur sur nos muscles et tissus conjonctifs, le massage “Deep Tissue” relâche les tensions sous cet effet que procure la main pour que les muscles retrouvent leurs souplesses.

Idéal pour les athlètes et les gens souffrant de douleur chronique, le massage “Deep Tissue” est surtout reconnu pour ses effets sur le plan musculaire. Il diminue les douleurs et l’inflammation.

Cette approche est particulièrement efficace pour les tensions chroniques et les régions contractées (cou, bas du dos et épaules). Lorsqu’il y a des tensions chroniques ou une blessure, il y a habituellement des adhérences (bandes de tissu douloureux et rigides) dans les muscles, les tendons et les ligaments. Le massage “Deep Tissue” travaille sur la libération des adhérences afin d’atténuer la douleur et favoriser le retour à un mouvement normal.

Excellent pour les sportives et les débutantes.

