

# Masáž lávovými kameny - Hot Stones



Masáž lávovými kameny (Hot Stones) je plná exotiky, relaxace, pohody a klidu. Je jednou z nejlepších terapií na regeneraci organismu. Provádí se pomocí speciálních masážních hmatů, teplých lávových kamenů a aromatického oleje. Kombinace tepla, dotyku a vůně ji řadí právem mezi královny masáží a pro klienta se stává nezapomenutelným zážitkem.

Lávové kameny mají mimořádně silnou energetickou vibraci. Tato vlastnost je využívána na odstraňování blokáci důležitých bodů na meridiánech - energetické cesty vedoucí od konečků prstů až k našim vnitřním orgánům. Vlivem zdravotních problémů nebo při zvýšené únavě bývají tyto cesty špatně průchodné nebo zcela uzavřené. V těle nemůže proudit energie, člověk se cítí unavený, vyčerpaný, podrážděný a nemocný. Díky masáži lávovými kameny se znovu otevírají a povzbudí činnost orgánů. Nastane očistný proces, detoxikace a celková regenerace těla. Masáž lávovými kameny dodává životní sílu a dobrou náladu.

Blahodárné účinky kamenů ze ztuhlé lávy znali již před 5 000 lety staří Číňané a Mayové. Kameny jsou tmavě šedé, po použití oleje krásně lesklé, černé a hladké. Dovážejí se mimo jiné z Havaje, kde se tento čedič lávového původu ručně sbírá a opracovává vodou.

## **Indikace, účinky masáže lávovými kameny:**

- **pomáhá při odstranění nervozity, stresu, nespavosti a napětí**
- **pomáhá při klimakterických problémech**
- **hluboce relaxuje a harmonizuje**
- **zklidňuje organismus, zlepšuje koncentraci**
- **teplo z kamenů uvolňuje ztuhlé svaly, bloky, křeče**
- **uleví od bolesti v kloubech**
- **teplo reguluje trávení a zrychluje metabolismus**
- **odplavuje škodlivé látky z těla, napomáhá ke správné funkci lymfatického systému**
- **prohřeje organismus, stimuluje krevní oběh**
- **teplo otevře póry, přírodní oleje zvláčňují pokožku**

- **vyrovnává a zlepšuje tok energie v těle**

Kontraindikace, kdy není masáž lávovými kameny vhodná:

- přecitlivělost na teplo
- onemocnění srdce, vysoký krevní tlak
- infekční onemocnění, záněty, horečka, pooperační stav
- kožní onemocnění, otevřené rány či velké modřiny, sluneční popáleniny
- křečové žíly, trombóza hlubokých žil
- silná a bolestivá menstruace, těhotenství (možná masáž nohou, rukou, šíje-nižší teploty)
- diabetes, epilepsie