



KLASİK MASAJ

Klasik masaj'da masajın beş ana tekniğinin, bütün vücuda belirli bir düzen ve sıralama içerisinde uygulandığını görürsünüz. Özellikle sırt ve omuz bölgesine yoğunlaşarak yapılır.

Çeşitli aroma terapi yağlarının eşliğinde, cildin ölü dokusundan arındırılması ile başlayan klasik masaj uygulamasında vücuda aşırı baskı uygulamadan rahatlatmaya odaklanılır.



SICAK TAŞ MASAJI

Sıcak Taş Terapisi ısıtılmış taşların kullanıldığı bir masaj şeklidir. Taşlardan emilen ısı kan dolaşımını artırır ve hücrelere daha çok kan hücrelerinin iletilmesine yardımcı olur. Terapi gören kişi, masaj sonunda kaslarındaki tutulmalardan, sertlik ve ağrıların hafiflediğini hisseder.

Taş Terapisi 'nin periyodik olarak uygulanması, kronikleşmiş sıkıntılar üzerinde etkili olmaktadır. Tanımlanan sorunların giderilmesinin yanı sıra fiziksel, duygusal ve zihinsel olarak da enerji verir. Taşların yüksek enerjileri kullanılarak meditasyonlarla enerji düzeyi artırılır, Volkanik bazalt taşların büyü enerjisini hissedin.



REFLEKSOLOJİ MASAJI

Ayak refleksolojisi masajı, plantar fasiit, ayak bileği yaralanmaları ya da gün içinde spor ya da ayakta iş yapmak durumunda olan kişiler için rahatlatıcı ve terapötik bir yöntemdir.

Refleksoloji masajında terapisti, ayak, bilek ve bacağınıza masaj uygular. Bu sadece ayak parmağı ağrısı, ayak bileği ağrısı, plantar fasiit ve yaygın artrit formlarının hafifletilmesine yardımcı olmaz, aynı zamanda tüm vücuttaki stres ve kaygıları azaltabilir.



AROMA TERAPİ MASAJI

Koklama ve deriden alınma yolu ile vücuda alınan esansiyel yağların terapötik etkilerinden faydalanarak çeşitli manipulasyonlarla uygulanan rahatlatıcı masajdır.

f / yoncalitermalspa
© / yoncalitermalspa

0 274 249 44 44
www.yoncalitermalspa.com.tr


★★★★
— YONCALI —
TERMAL OTEL & SPA



MEDİKAL MASAJ

Hasar görmüş ya da yorgun düşmüş organın eski haline dönmesi için uygulanırken, hastanın yaşam kalitesini artırmak, kabiliyet kazandırmak ve psikolojik destek amacıyla da kullanılabilir. Etkileri bilimsel olarak ispatlanmış olan medikal masajın oldukça geniş bir kullanım alanı bulunmaktadır.

Bunların yanı sıra medikal masaj kan dolaşımını düzenleyerek, kalbin hızını da yavaşlatmaktadır. Düzenli yapılan medikal masaj kandaki beyaz hücre olarak bilinen akyuvarları artırarak bağışıklık sistemini güçlendirir. Toplar damalarda kan akımının durmasını ve vücutta oluşan ödemin atılmasını sağlamaktadır.

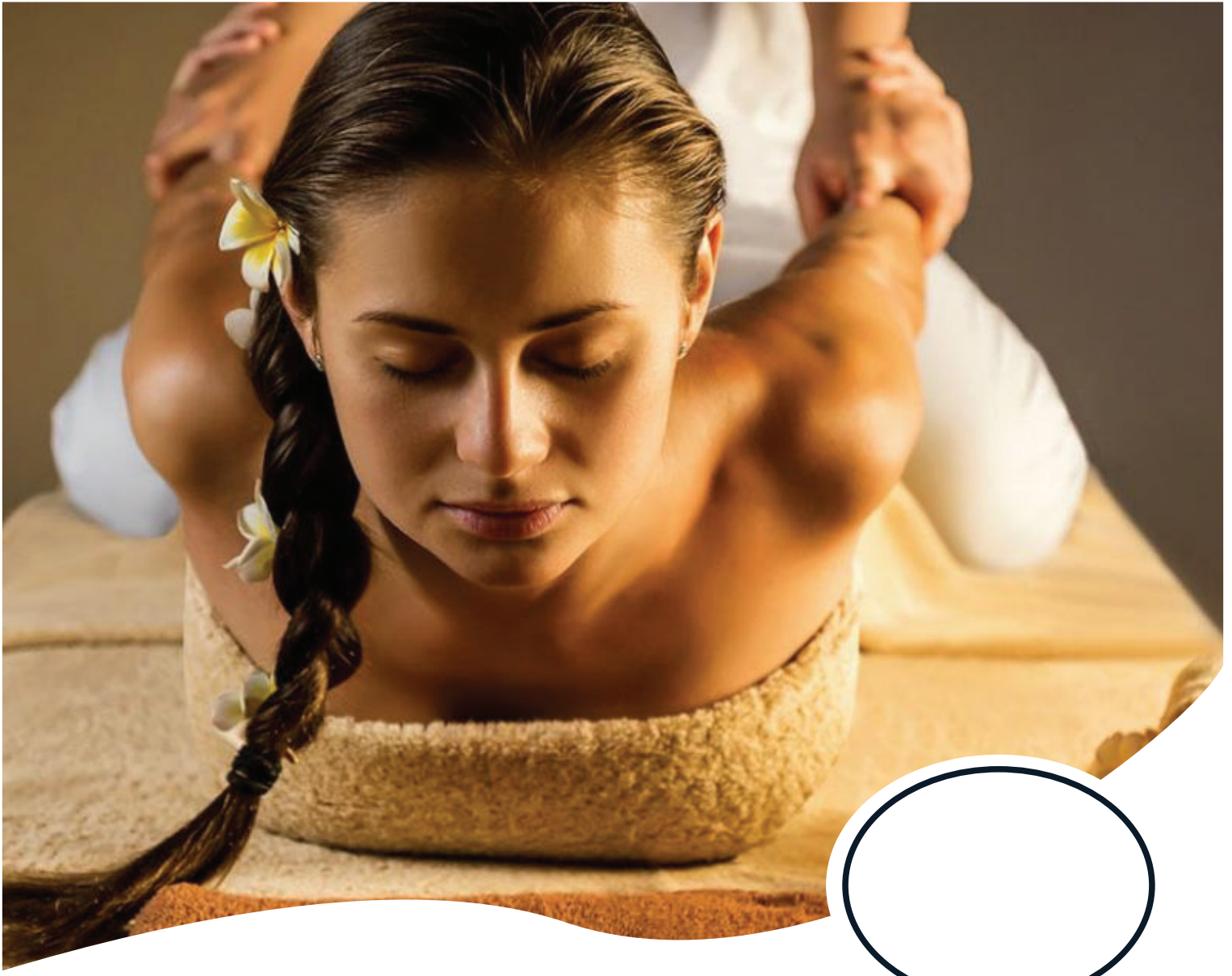


BALI MASAJI

Balı masajının en önemli faydalarından biri, tedavi gören kişinin vücudunu rahatlatması ve sakinleştirmesidir. Vücudun, sert hissedilen yerleri yumuşar ve yorgun olan zihin tekrar sakinleşir.

Masaj yaptırmak, vücuttaki kan sirkülasyonu için oldukça önemlidir. Vücuttaki kan akışını hızlandırır. Özel noktalara uygulanan masaj, kan damarlarını açar ve bu sayede vücut tazelenir.

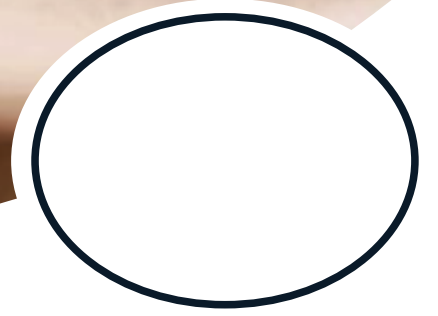
Kan akışı normal seviyelerde olursa, vücut ve zihin çok daha sağlıklı olur. Ayrıca bu sayede vücutta hissedilen ağrılar azalır ve sorunlu noktalar daha hızlı iyileşir.



THAİ MASAJI

Thai masajı kasları gevşetmek, belirli bölgelerdeki şişliği azaltmak, gerilme ve burkulma gibi yaralanmalarda iyileşmeyi hızlandırmak amacıyla uygulanır.

Thai masajında uzman kişiler, esnetme ve germe yöntemleriyle kişiye müdahale eder. Sinirlere uygulanan baskıyla da kişinin stresini atmasına yardımcı olunur. Thai masajı kan dolaşımını hızlandırıp enerji vermesiyle de ünlüdür. Masaj sırasında bazı hareketler sert olabilir fakat seans bitiminde mükemmel sonuçlar alınır.



SHIATSU MASAJI

Shiatsu masajı, Japonca kökenli bir isme sahiptir. Siatsu'nun kelime anlamı parmakla bastırmak anlamına geliyor. Çin ve Japon kökenli masaj terapilerinin sentezi olarak ortaya çıkan Shiatsu masajı; enerji masajı olarak anılıyor.

Shiatsu masajı bedende bulunan enerjinin bölgesel olarak azalması temelinden kuvvet alır ve masaj ile bu dengesizliği ortadan kaldırarak yaşam enerjisini artırır. Parmaklarla basınç uygulanarak gerçekleştirilen masaj, eklemleri çalıştırmadan, vücudu esnetmeye kadar birçok tekniği içerir.



LOMİ LOMİ NUI MASAJI

Lomi lomi masajı, geleneksel Hawaii kültüründen ilham alan bir masaj tekniğidir. Uzun ve akıcı hareketlerle uygulanan bu özel masaj, hem fiziksel hem de ruhsal rahatlama sağlar. Kas gerginliklerini azaltır, kan dolaşımını hızlandırır, ve enerji akışını dengeler.

Kendinizi doğanın iyileştirici dokunuşlarına bırakın, vücudunuzda ve zihninizde hafifliği hissedin. Lomi lomi, sadece bir masaj değil, aynı zamanda kendinizi şımartmanın ve iç huzura ulaşmanın bir yoludur.



ANTİ SELÜLİT MASAJI

Selülit tedavisinde en olumlu sonuç alınan tedavi şekli masajdır. Çünkü masaj kan dolaşımını hızlandırdığı için hem selülit oluşumunu engeller hem de oluşan selülitleri yok eder. selülitin kan dolaşımı lenf dolaşımı ve vücuttaki yağ fazlalığından oluştuğunu düşünürsek bu sonucu doğrulamış oluruz.

Ayrıca masaj ile dokularımızın taze oksijen almasını sağlamış oluruz. Selülit masajı lenf ile kan dolaşım sistemini hareketlendirerek dokularımızın yeni oksijenle dolmasını sağlar.



SULTAN MASAJI

Sultan masajı tarihi Osmanlı dönemine dayanan bir terapi çeşididir. Osmanlı döneminde saray halkının sultanlara ve hükümdarları layık şekilde gerçekleştirilmektedir. Bu medikal seansta vücuttaki kasların gevşetilmesi, sinir stres ve gerginlik gibi duyguların sebep olduğu yorgunluğu rahatlatılması hedeflenir. Aynı zamanda vücudun daha enerjik, dinç ve genç hissetmesi amacıyla uygulamalar yapılmaktadır.

Böylece, vücudumuzdaki çakraları açacak ve hareket etmeyen bölgelerimizde gevşeme ve kan dolaşımını hızlandırıcı yardımlar sağlayacaktır. Sultan ve padişahlara uygun görülen bu terapide amaç kişilerin ruh ve beden sağlığına yardımcı olmaktır.



MANUEL TERAPİ

Manuel terapi, modern tıp literatürlerinde başarısı kanıtlanmış, el ile kişiye özel geliştirilen manuel terapi teknik ve egzersizleri ile kas, omurga ve eklem üzerinde oluşan fonksiyon bozuklukları ve ağrı merkezi kas ve eklem rahatsızlıkları üzerinde etkin bir fizik tedavi yöntemidir.

Bel Rahatsızlıkları (Bel Fıtığı, Eklem Blokajları, Kanal Daralması, Bel Kayması) Diz Rahatsızlıkları (Menüsküs Yırıtığı, Ön / Yan / Çapraz ve Arka Bağ Yırıtığı, Diz Protezi Sonrası Rehabilitasyon) Kalça Problemleri (Kalça Çıkığı, Kalça Protezi Sonrası Rehabilitasyon) Dirsek Problemleri (Tenisçi Dirseği, Golfçü Dirseği)



CİLT BAKIMI

Her cilt tipine uygun yosun ve kil karışımı maske seçenekleri ile ciltteki fazla yağı azaltıp yağlı ciltleri arındırmayı, tıkanmış gözenekleri açmayı, akneleri önlemeyi, kuru ciltleri nemlendirerek pigment eşitliği sağlayıp daha parlak ve pürüzsüz bir cilt hedeflenir.

Buna ek olarak dermasonik 30.000 Hz ultrasonik cihazla güçlü dermalon galvonik uyarı ve masajı sayesinde cilt bakım bileşenleri cildin derinliklerine ulaşarak olağan üstü fayda sağlar.

Verdiği ışın ve titreşimler ne işe yarar:

Lift modu ile sıkılaştırma, Wrinkle modu ile kırışıklık

Vitamin C modu ile parlaklık, Moisture modu ile nemlendirme

Radiant modu ile cilt tonu eşitleme



HACAMAT TEDAVİSİ

Kan akışını düzenler, bağışıklığı güçlendirir. Cildi güzelleştirir, hücreleri yeniler enerjik hissettirir. Mutluluk hormonu salgılatır, kronik baş ağrısı ve baş dönmesini geçirir. Diş hastalıklarının tedavisini destekler, varis, romatizma, kas ve eklem rahatsızlıklarına iyi gelir.

Görme hücrelerini yeniler ve gözlerin daha keskin görmesini sağlar, kronik yorgunluğu ve kaliteli uyku uyumama sorununu çözer. Başta ülser olmak üzere mide hastalıklarının tedavisine iyi gelir, dikkat eksikliği, hafıza zayıflığı ve konsantrasyon bozukluğuna fayda sağlar.



SÜLÜK TEDAVİSİ

Sülük tedavisi veya tıp dilindeki adıyla hirudoterapi, yüzyıllardır kullanılan ve günümüzde de ilgi gören bir alternatif tedavi yöntemidir. Halkalı solucanlar ailesinden olan sülüklerin, cilde yapışarak kan emmesi ve bu sırada salgıladığı biyoaktif maddeler sayesinde birçok rahatsızlığın tedavisinde kullanıldığı düşünülür.

- Dolaşım bozuklukları: Varis, tromboz gibi rahatsızlıklarda kan dolaşımını iyileştirir.
- Eklem hastalıkları: Romatoid artrit, osteoartrit gibi eklem hastalıklarında ağrıyı azaltır ve hareket kabiliyetini artırır.
- Yara iyileşmesi: Yanık, ameliyat yarası gibi yaraların hızlı iyileşmesine yardımcı olur.
- Göz hastalıkları: Göz içi basıncını düşürerek glokom tedavisinde kullanılır.
- Sinir sistemi hastalıkları: Sinir sistemindeki bazı sorunlarda ağrıyı azaltır ve fonksiyonları iyileştirir.