Come accedere:
tramite appuntamento
telefonando al numero
366.3219652

Benessere Olistico
Centro Massaggi - Massoterapia
Piazza Brembana (BG) - Tel. 366.3219652

Fondazione Don Stefano Palla Onlus
Via Monte Sole, 2 – 24014 Piazza Brembana – Tel. 0345-82434
www.donpalla.org

FONDAZIONE
DON STEFANO PALLA
ONLUS

Presso la Fondazione Don Palla
di Piazza Brembana è operativo il servizio di

AMBULATORIO MASSOTERAPIA

a cura di Ravasi Gabriele

Presentazione servizio

La massoterapia è un insieme di tecniche manuali che mirano a migliorare il benessere fisico e mentale attraverso la manipolazione dei tessuti molli del corpo, come muscoli, tendini e legamenti.
Questa disciplina si basa sull'uso di movimenti specifici delle mani del terapeuta per alleviare tensioni muscolari, migliorare la circolazione sanguigna, stimolare il sistema linfatico e favorire il rilassamento psicofisico.
Le tecniche utilizzate variano in base agli obiettivi del trattamento, rendendo la massoterapia estremamente versatile e adatta a diverse esigenze.
Le tecniche di massoterapia più comuni si distinguono per i loro effetti specifici sul corpo. Ogni tecnica viene scelta in base alle necessità individuali del paziente, garantendo un approccio personalizzato per migliorare il benessere e la funzionalità del corpo.

Tipologie di massaggio in massoterapia

Massaggio decontratturante
Indicato per sciogliere contratture muscolari causate da sforzi intensi o posture scorrette, il massaggio decontratturante utilizza pressioni profonde per rilassare la muscolatura e alleviare il dolore. E' particolarmente efficace per chi soffre di tensioni croniche e rigidità muscolare.

Massaggio linfodrenante
Questa tipologia di massaggio si concentra sul miglioramento della circolazione linfatica, aiutando a eliminare le tossine e ridurre il gonfiore. Ideale per chi soffre di ritenzione idrica o per accelerare il recupero post operatorio.

Massoterapia sportiva
Particolarmente utile per atleti e sportivi, il massaggio sportivo mira a preparare i muscoli allo sforzo fisico, prevenendo infortuni e migliorando le performance. E' utilizzata sia prima che dopo l'attività fisica per ridurre l'affaticamento muscolare e favorire il recupero.

Manipolazione fasciale
Questa tecnica lavora sul tessuto connettivo che avvolge i muscoli e organi, per migliorare la mobilità e riducendo tensioni profonde. Attraverso pressioni mirate e movimenti lenti, il massaggio fascialeaiuta a ripristinare l'equilibrio muscolare e articolare, riducendo rigidità e dolore cronico. E' particolarmente indicata per chi soffre di problemi posturali, dolori miofasciali e limitazioni nei movimenti.

Massoterapia del benessere
Incentrata sul rilassamento psicofisico, questa tecnica è ideale per chi desidera alleviare lo stress e migliorare il benessere generale.
Movimenti lenti e armoniosi favoriscono il rilassamento profondo, rendendola perfetta per chi cerca un momento di pausa dallo stress quotidiano.

Quanto costa?

Tipo di trattamento	Costo
• Decontratturante cervicale	**€ 30**
• Decontratturante schiena + cervicale	**€ 40**
• Decontratturante arti inferiori	**€ 40**
• Rilassante corpo intero	**€ 60**
• Linfodrenaggio arti inferiori	**€ 45**
• Linfodrenaggio arti superiori	**€ 40**
• Linfodrenaggio addome	**€ 40**
• Massaggio sportivo arti inferiori	**€ 40**
• Massaggio sportivo schiena + cervicale + braccia	**€ 50**
• Pressoterapia addome + gambe + massaggio	**€ 60**