

CALENDARIO ILLUSTRATO

“BENESSERE E BELLEZZA” cod. PA098



LE DIVERSE CATEGORIE DI MASSAGGIO

Il massaggio rilassante

Il massaggio rilassante aiuta ad alleviare stress e fatica e ci fa sentire accolti e coccolati. Le zone del corpo in cui si accumulano le tensioni possono essere trattate: dalla testa al collo, dalle braccia, alla schiena, ai piedi. Grazie al massaggio aumenta la flessibilità del corpo, migliora la circolazione sanguigna, stimola il flusso di energia e contribuisce a produrre una sensazione di intensa vitalità.

Il massaggio per lo sport

Viene considerato parte integrante dell'allenamento di ogni atleta. Viene considerato il modo migliore di curare muscoli e tendini. Dal resto le articolazioni lavorano duramente durante tutto il giorno e, se non si danno bene le forze, c'è il rischio che questi muscoli accumulino tensioni.

Il massaggio riabilitativo

Consente di aggraviare, dopo ferite o operazioni chirurgiche, la guarigione ed il ritorno alla normalità. In questi casi è comunque opportuno affidarsi alle cure di un fisioterapista.

Il massaggio estetico

Ammorbidisce la pelle e può portare ad una riduzione della cellulite. Quest'ultima dipende da uno scarso funzionamento del metabolismo che crea un gonfiore, cioè un accumulo di grasso localizzato soprattutto sulle gambe. Con il massaggio si può agire sui vasi linfatici rendendo possibile l'uscita della linfa che, per diversi motivi, si è accumulata tra la pelle e il muscolo.



DIC 2017	GENNAIO 2018		FEB 2018
1 V	1 Lunedì	17 Mercoledì	1 G
2 S	2 Martedì	18 Giovedì	2 V
3 D	3 Mercoledì	19 Venerdì	3 S
4 L	4 Giovedì	20 Sabato	4 D
5 M	5 Venerdì	21 Domenica	5 L
6 M	6 Sabato	22 Lunedì	6 M
7 C	7 Domenica	23 Martedì	7 M
8 V	8 Lunedì	24 Mercoledì	8 G
9 S	9 Martedì	25 Giovedì	9 V
10 D	10 Mercoledì	26 Venerdì	10 S
11 L	11 Giovedì	27 Sabato	11 D
12 M	12 Venerdì	28 Domenica	12 L
13 M	13 Sabato	29 Lunedì	13 M
14 C	14 Domenica	30 Martedì	14 V
15 V	15 Lunedì	31 Mercoledì	15 C
16 S	16 Martedì		16 V
17 D			17 S
18 L			18 D
19 M			19 L
20 M			20 M
21 C			21 M
22 V			22 C
23 S			23 V
24 D			24 S
25 L			25 D
26 M			26 L
27 M			27 M
28 G			28 M
29 V			29 M
30 S			30 M
31 D			31 M



Descrizione:

mensile 12 fogli
carta patinata 70gr
testata termosaldada
festività internazionali
retro in quadricromia

Dimensioni:

calendario: cm 29x47 c.ca
testata: cm 29x9 c.ca