

Salute e Beauty

TONICA
E IN FORMA CON

MEDIALINE
BELLEZZA & SALUTE

**CONCORSO
GIOCA e VINCI!**

Ritrova la tua forma
nella Beauty Farm
di **MESSÈGUÈ**
7 GIORNI

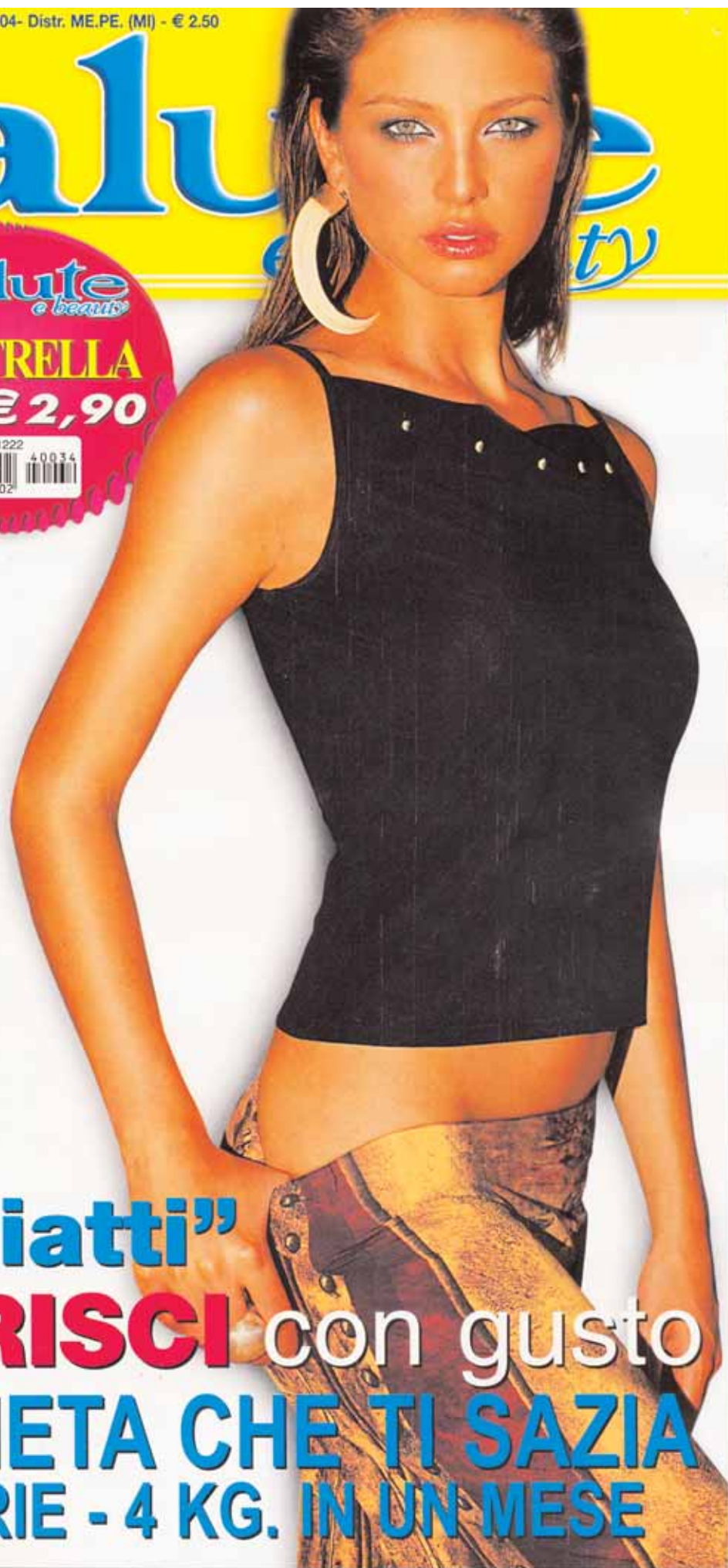
Salute
e beauty
più
ASTRELLA
solo €2,90



**speciale
FITNESS**
torno in forma
con i balli
caraibici

SMAGLIATURE
il metodo **TRILIX**
per cancellarle
definitivamente

“primi piatti”
DIMAGRISCI con gusto
CON LA DIETA CHE TI SAZIA
1200 CALORIE - 4 KG. IN UN MESE



Bellezza **e**
relax

Coccole *e benessere*

Le ultime dal mondo del wellness presentate al Salone "Les Spa"

Prodotti di bellezza, macchinari all'avanguardia, nuove strutture per centri estetici e spa, e soprattutto tanti massaggi dai cinque continenti. Tutto questo è il Salone "Les Spa", la prima manifestazione dedicata interamente agli operatori del benessere, svoltasi con successo alla fiera di Roma. Noi abbiamo voluto sbirciare tra le novità più curiose per riproporvele in queste pagine...

di Paola Dastoli

Il settore dell'estetica e del benessere, ormai legati indissolubilmente, è in continuo fermento, mosso da un giro d'affari che si aggira attorno ai 19 miliardi di Euro all'anno, per un totale di 30 milioni di clienti. Cifre che richiedono e al tempo stesso stimolano

un continuo impegno per migliorare l'offerta e proporre sul mercato soluzioni innovative rivolte ad un pubblico sempre più esigente.

Il Salone "Les Spa", che si è svolto a Roma il mese scorso, è stato creato proprio per rispondere a questa esigenza di rinnovamento e aggiornamento. Destinato principalmente agli operatori del settore, ha visto la partecipazione delle principali aziende italiane e di alcune straniere che operano anche nel nostro Paese; oltre ad alcuni professionisti del massaggio che hanno illustrato le loro tecniche terapeutiche nel corso di conferenze e workshop.

Proprio dai massaggi cominciamo il nostro percorso alla scoperta delle novità più allettanti e, in alcuni casi, golose...



Massaggi

Chocolat massage: il massaggio che coccola

E' senz'altro una delle idee più originali presentate a "Les Spa"; irresistibile per chi ama il cioccolato in tutte le sue forme, e magari non può permettersi il lusso di mangiarne in quantità. L'unico modo per non attentare alla propria linea, infatti, è quello di farselo spalma-
re sul corpo. Non sarà appagante quanto gustarne il sapore, ma chi ha provato questa "full immersion polisen-
soriale" assicura che percepirne l'odo-
re e l'avvolgente morbidezza sull'epi-
dermide è un'emozione unica da pro-
vare. Il massaggio in sé non ha funzio-
ni terapeutiche particolari, se non quel-
la di restituire il buonumore e un senso
di piacevole benessere sia fisico che
mentale. Il cacao, infatti, contiene la
teobromina, un alcaloide che induce la
produzione di endorfine, sostanze
naturali "della felicità" che, a loro volta,
incrementano l'attività della serotonina,
il neurotrasmettitore che favorisce il
buonumore. Non solo. Il cacao contie-
ne altri antiossidanti naturali, come i
polifenoli e il tannino, che esercitano
effetti benefici anche a livello circolato-



rio, con un'azione vasodilatatrice. Il
prodotto utilizzato per il corpo è burro
di cacao fuso, abbinato ad un filo d'o-
lio di mandorle dolci. Insieme, i due
elementi svolgono un'azione emollien-
te, nutriente, idratante, protettiva e
antiage. Il trattamento consiste in una
colata tiepida di cioccolato sul corpo

del cliente, partendo dalla schiena e
proseguendo su gambe e braccia.
Dopodiché si utilizza un po' d'olio alle
mandorle e si eseguono delle manovre
ayurvediche rilassanti.
Per informazioni: Gerard's, Provaglio
d'Iseo (BS) - numero verde 800
278911 - www.gerards.it

HOT STONE

Questo massaggio non è proprio una novità, ma è comunque da poco tempo
che comincia ad essere praticato in molti centri benessere. La tecnica, ideata
dagli indiani d'America, si basa sull'utilizzo di pietre basaltiche d'origine vulca-
nica, che vengono scaldate ad una temperatura fra i 49° e i 54° centigradi, per
poi essere applicate su alcune parti del corpo corrispondenti ai punti energeti-
ci, opportunamente stimolati. La composizione naturale delle pietre, contenen-
ti quarzo, calcio, carbone, oro, magnesio e ferro, le rendono in grado di tratta-
re il calore e di rilasciarlo gradualmente durante il massaggio, eseguito con



oli caldi e profumati.
Ne derivano un aumen-
to della vasodilatazione
e della circolazione,
tessuti drenati, tonici e
levigati e una riduzione
delle tossine e degli
stati d'ansia. Alla fine,
ci si sente fisicamente
e mentalmente liberi da
ogni stress, immersi in
una straordinaria sen-
sazione di calma e
benessere.

L'antistress che cura anche il massaggiatore

Un massaggio efficace non solo per chi lo
riceve ma anche per chi lo pratica. L'idea
è del dott. Giovanni Leanti La Rosa, spe-
cialista in medicina termale, alimentazione
e massaggi; disciplina, questa, di cui si
occupa da oltre vent'anni. Da quando,
nella veste di paziente sofferente di distur-
bi legati allo stress, studiò vari tipi di mas-
saggio - dal micromassaggio cinese a rol-
ling, shiatsu, riflessogeno del piede, bio-
energetico, californiano, connettivale ed
altri - prima di arrivare a crearne una sin-
tesi originale quanto efficace, finalizzata a
combattere lo stress e persino la depres-
sione, con cicli terapeutici più lunghi. Le
particolari manipolazioni di questo mas-
saggio a base di olio di iperico, antide-
pressivo naturale, tendono a risvegliare le
capacità autocurative latenti in ognuno di
noi, rivitalizzando cellule, tessuti ed organi,
riattivando la circolazione venosa e linfati-
ca, rilassando le tensioni muscolari e il

Bellezza e relax

sistema nervoso. Il tutto coadiuvato da un'alimentazione sana ed equilibrata e senza nessun tipo di farmaco da assumere. Leanti La Rosa ha studiato diverse versioni di questo massaggio, tra cui l'antistress da ufficio, praticato su una particolare "sedia americana" per il relax, e l'antistress in acqua termale, indicato soprattutto per stress di tipo fisico, accompagnato da dolori.

L'acqua, infatti, ne attutisce la percezione durante la terapia, che si svolge con il paziente abbandonato fra le braccia del massaggiatore. Ma la particolarità di questo antistress, come si è detto, è la capacità di procurare effetti benefici anche a chi pratica il massaggio che, assumendo determinate posizioni, favorisce il proprio tono muscolare e la circolazione, generando un effetto rilassante globale che infonde tranquillità e ottimismo. Per informazioni:

Dott. Giovanni Leanti La Rosa,

Milano - tel. 02 711379 (dalle 18 alle 21)

www.scuolamassaggio.it

HERBAL WELLNESS

Un bouquet di erbe benefiche, avvolte in un tessuto di lino, scivola sulla pelle con piacevoli movimenti circolari per infondere all'organismo rilassamento riequilibrante nei punti energetici spesso bloccati. E' questo l'Herbal Wellness, una tecnica in grado di favorire e stimolare le funzioni del metabolismo e l'irrorazione sanguigna, grazie al calore e alle proprietà delle erbe. I sacchetti di lino, strofinati sulla pelle, rilasciano uno strato sottilissimo di olio di sesamo; contemporaneamente, il calore prodotto dalle leggere pressioni aiuta le erbe a sprigionare il loro intenso profumo e come per magia, le tensioni svaniscono e si perdono le dimensioni del tempo e dello spazio che spesso ci opprimono. Al risveglio, ci si sente pervasi da una indescrivibile sensazione di appagante relax.

Per informazioni: Klapp Cosmetics, Hessisch Lichtenau (Germania) - www.klapp-cosmetics.com

