Эксперт: массаж эффективно помогает корректировать фигуру

Наряду с правильным питанием и занятиями спортом, профессиональный массаж способен помочь привести тело в лучшую его форму. Главное – понимать, что все методики коррекции фигуры являются комплексными.

По словам тюменского массажиста Сергея Милицкого для максимально хорошего эффекта, помимо специального массажа необходимо придерживаться режима питания, снизить калорийность принимаемой пищи и выполнять назначенные физические упражнения.

Если вы обладаете достаточной силой воли и придерживаетесь режима, дело за малым: выбрать опытного мастера, которому можно довериться. И тогда массажист поможет уменьшить жировую прослойку, избавиться от целлюлита, снять отечность, подтянуть кожу и даже восстановить ее упругость.
Преимущество профессионального массажа заключается еще и в том, что специалист владеет

не только уникальными техниками массажа, но и хорошо разбирается в косметических средствах, маслах и кремах, которые помогут активизировать процесс изменения фигуры.

Задать все интересующие вопросы на эту тему и записаться на первый сеанс с 50% скидкой можно здесь: https://vk.com/club107125967.