

## **Głęboki masaż powięziowy**

Masaż mięśniowo-powięziowy nazywany również głębokim to metoda rehabilitacyjna polegająca na zrozumieniu warstwowej budowy ciała oraz możliwości pracy z warstwami tkanek w celu ich rozluźnienia, wydłużenia oraz uwolnienia zbędnych napięć. Technika pracy z tkankami powoduje większą głębokość oddziaływania i precyzję zabiegu niż inne formy masażu.

Masaż głęboki ma zastosowanie w fizjoterapii, w gabinetach odnowy lub SPA jak również w chiropraktyce.

Pacjenci chwalą sobie dobroczynne działanie technik mięśniowo-powięziowych ze względu na zwiększenie efektów rozluźnienia, zmniejszenie długotrwałego bólu oraz dłużej utrzymujące się efekty zabiegu. Poza tym masaż głęboki pozwala poprawić postawę ciała, zwiększyć giętkość oraz płynność ruchów w bardzo krótkim czasie.