

## Bagno di vapore Tao con Massaggio Tuina

*Il rimedio naturale della medicina tradizionale cinese.*

**Limone sul Garda 15 marzo 2017** – Nella medicina cinese, la condizione indispensabile per rimanere in buona salute è che il **Qi**, l'**energia vitale**, fluisca liberamente attraverso i meridiani e i vasi sanguigni.

L'agopuntura, la fitoterapia e la digito pressione sono tutte tecniche praticate presso il [Centro Tao](#) del [Park Hotel Imperial\\*\\*\\*\\*](#) cui obiettivo principale è eliminare gli ostacoli alla circolazione per garantire alle articolazioni del corpo **elasticità** nei **movimenti** e rafforzare l'**autodifesa dell'organismo**.

**Tuina**, letteralmente “spingere e afferrare”, è un **massaggio** mirato al riequilibrio **energetico** della persona, al rafforzamento delle difese organiche e alla stimolazione del Qi. È generalmente indicato per migliorare il funzionamento delle articolazioni, soprattutto in presenza delle cosiddette Sindromi B, ovvero, le malattie caratterizzate da contratture muscolari, artrite e artrosi.

Questo trattamento predispone il corpo alla **guarigione** tramite un **profondo stato di rilassamento**. Lo stress, infatti, genera stanchezza che causa conseguentemente un disequilibrio all'interno dell'organismo, alterando l'armonia psico-fisica.

Questo massaggio viene effettuato su diverse zone praticando movimenti delle articolazioni mediante l'utilizzo di **olii** per favorire il rilassamento. Secondo la medicina tradizionale cinese, infatti, dall'esterno del corpo si può agire sull'interno, riequilibrando tra loro **Yin e Yang**, le due forze che scorrono nell'essere umano.

Il **Bagno di Vapore Energetico** del **Centro Tao** sintetizza l'antica tradizione del **Tuina** con le tecniche moderne.

Essenziale è iniziare questo massaggio cinese con una totale **oleificazione** del corpo e del viso, utilizzando gli olii di **lavanda** e di **oliva** caldi, ottimi per tonificare e per distendere l'eccesso di energia accumulata.

Il successivo bagno di vapore consente agli olii di sprigionare tutto il loro potere terapeutico, cedendo al corpo, attraverso la pelle e le linee energetiche dei meridiani, le sostanze benefiche.

In seguito, per creare un'alternanza di **rilassamento** e contrazione a livello muscolare e favorire la ginnastica vascolare, sono immersi i piedi in acqua ghiacciata e tutto il corpo viene cosparso con un olio **essenziale di menta**. La stimolazione termica alternata serve per riattivare la circolazione sanguigna e quindi anche il flusso del Qi nei meridiani.

Alla fine del bagno di vapore si è accompagnati nella **cabina doccia** per il rituale della **purificazione**. Sono consegnati soffici panni di spugna e un catino di rame contenente una soluzione di acqua calda con erbe aromatiche e sapone di Marsiglia per lavare via dalla pelle le **tossine** eliminate con la sudorazione. In questo modo il corpo è pronto a ricevere un massaggio particolare, che si avvale delle **tecniche Tuina** di stiramento, frizione e mobilizzazione, basate sulle teorie della medicina tradizionale cinese.

Questo tipo di manualità aiuta a eliminare le rigidità muscolari, riattivare la circolazione sanguigna ristabilire l'equilibrio energetico mente-corpo-spirito, e a restituire tono e vitalità, lasciando a fine massaggio una piacevole sensazione di benessere.

# PARK HOTEL IMPERIAL



*Per ulteriori informazioni*

Park Hotel Imperial\*\*\*\*\*  
Tel.: (0039) 0365 95 45 91  
Fax: (0039) 0365 95 43 82  
[www.centrotao.com](http://www.centrotao.com)  
[www.parkhotelimperial.it](http://www.parkhotelimperial.it)

Press Way – Ufficio Stampa Web  
Tel.: (0039) 02 367 950 54  
Tiziano Pandolfi - Mob. 338-6820776  
[pandolfi@pressway.it](mailto:pandolfi@pressway.it)  
Nadia Scioni – [scioni@pressway.it](mailto:scioni@pressway.it)  
[www.pressway.it](http://www.pressway.it)