

MASAJE CHAMPI

MASAJE INDIO DE CABEZA SHIRO ABHYANGA “CHAMPI”

Duración: 5 horas.

Horario: de 16:30 a 21:30h.

Fecha: Martes 4 de febrero de 2020.

Esta técnica no invasiva puede aplicarse a cualquier persona, independientemente de su edad. Inicialmente, este tipo de masaje era aplicado por las mujeres indias como parte de su ritual de belleza para mejorar el cuero cabelludo y conseguir un cabello sano y bello, aunque con posterioridad, este tipo de masaje se empezó aplicar en las peluquerías extendiéndose más allá de la India. También con el tiempo, además de aplicarse en la cabeza y el cabello, se ha ido incorporando la parte superior de la espalda, los hombros, el cuello, los brazos y la cara. Esto lo hace uno de los masajes más completos y efectivos de cabeza.



El masaje Champi proporciona alivio instantáneo de problemas como el estrés y la tensión ayudando a conseguir un estado de bienestar y tranquilidad. Está especialmente indicado para insomnio y trastornos del sueño. Además ayuda a equilibrar el cuerpo y la mente, a relajar nuestros músculos y a mejorar la circulación sanguínea, eliminar toxinas y mejorar la circulación energética corporal. En general proporciona una mejora a nivel interior y exterior.

La cabeza es una de las principales partes de nuestro cuerpo donde se encuentran todos los órganos de los sentidos (vista, oído, piel, olfato, gusto). De ahí la importancia que ejerce el masaje Champi sobre todo el cuerpo, ya que canaliza el correcto funcionamiento de los sentidos.

Indicado tanto en personas sanas que quieran seguir manteniendo su salud mediante tratamientos equilibrantes y preventivos, como en personas con patologías en las cuales no esté contraindicado el masaje.

BENEFICIOS:

El masaje Champi no sólo ayuda a conseguir un cuero cabelludo y un cabello sano, sino que ayuda a aliviar los dolores, a mejorar la calidad del sueño y a conseguir un estado de bienestar y relajación.

Más beneficios:

- Alivio de dolores de cuello y hombros.
- Alivio de cefaleas y migrañas.
- Mejora la calidad del sueño, indicado para Insomnio y trastornos del sueño.
- Alivio del estrés y la ansiedad.
- Alivio de la sinusitis.
- Relajación muscular.
- Mejora la oxigenación de la piel.
- Relajación del cuero cabelludo y alivio de las tensiones en el mismo.
- Relajación del cuerpo y el cansancio físico.
- Relajación de la mente y la tensión mental.
- Beneficia la circulación sanguínea.
- Beneficia el crecimiento y la fortaleza del cabello al aumentar la circulación y la oxigenación del cuerpo cabelludo.
- Alivio de los dolores de cabeza y de la fatiga visual.
- Sedación del sistema nervioso central (SNC).

FUNDAMENTOS DEL AYURVEDA:

Teniendo en cuenta que el Ayurveda se basa más en la prevención que en la curación, con la práctica regular del masaje Champi ayudaremos a prevenir patologías y enfermedades.

A QUIÉN VA DIRIGIDO:

- A cualquier persona interesada en conocer esta técnica Ayurvédica.
- A cualquier profesional que quiera incorporar este masaje en su consulta.
- Indicado tanto en personas sanas que quieran seguir manteniendo su salud mediante tratamientos equilibrantes y preventivos, como en personas con patologías en las cuales no esté contraindicado el masaje.

DOCENTE: María Román Nevado.