

Sport & massage

A vous, sportifs de tous niveaux qui connaissez les bienfaits d'une activité physique, ainsi que l'importance de l'entraînement et de la récupération.

Le **massage sportif** est un massage qui vous **prépare** AVANT l'effort car il va échauffer vos muscles en réduisant les risques d'accident. Puis le massage APRES l'effort qui permet de **ré oxygéner** les muscles fatigués et **prévenir des inflammations**. On lie ainsi la pratique du massage sportif à la **diminution des blessures** de la pratique du sport. Ce massage s'applique autant aux sportifs professionnels qu'aux amateurs.

Recevez un massage !

En réservant* avec des membres de votre club/équipe, vous profitez de réductions sur chaque massage, ainsi :

2 ou 3 soins de 30' = 50 CHF / massage au lieu de 60;

A partir de 4 soins de 30' = 45 CHF / massage (au lieu de 60);

2 ou 3 soins de 60' = 90 CHF / massage au lieu de 100;

A partir de 4 soins de 60' = 80 CHF / massage (au lieu de 100);



* 24h à l'avance à la réception du Palladium 024 479 05 05, ou via la massothérapeute 077 401 21 70.