**Pozytywne aspekty dla naszego organizmu z masażu w fotelu masującym**

**Coraz częściej w mediach pisze się o funkcjach foteli masujących i możliwościach ich zastosowań w przeróżnych miejscach. Równie ważnym tematem, o którym warto mówić i pisać jest fundamentalne pytanie - jakie korzyści płyną z użytkowania foteli do masażu?**

Chyba każdy z nas w swoim życiu miał styczność z masażem i na własnej skórze przekonał się o jego atutach. Za przykład można podać chociażby rozluźnienie spiętych mięśni czy lepsze samopoczucie. Jak pokazuje wiedza naukowa, tych korzyści jest znacznie więcej.

**Fotel masujący, czyli poprawa cyrkulacji krwi i obiegu limfy w Twoim ciele.**

Jednym z kluczowych elementów masażu w [fotelu masującym](https://restlords.com/pl/) jest polepszenie obiegu krwi i limfy w naszym ciele dzięki czemu zwiększamy natlenienie mięśni, wspieramy proces detoksykacji czy nasz metabolizm.

**Fotel masujący, a rozluźnienie mięśni.**

Użycie w fotelach do masażu ramion masujących dodatnie wpływa na rozluźnienie mięśni. Taki proces polepsza regenarację po urazach stricte sportowych, łagodzi pracę stawów czy chociażby likwiduje bóle mięśniowe

**Fotel masujący - jak zwiększyć poziom uwalnianych endorfin?**

Pozytywne samopoczucie polepsza kondycję naszego całego organizmu. Masaż w fotelu masującym stopniowo uwalnia miliardy endorfin, które pobudzają nas do działania. Wypadkową tego może być zmniejszenie odczuwania bólu, lepsza reakcja na stres, czy głębszy relaks naszego umysłu i ciała. Te aspekty w obecnych czasach pogoni za sukcesem są na wagę złota.

**Fotel masujący - czy warto?**

Na to pytanie każdy z nas powinien odpowiedzieć sobie indywidualnie. Często leki bądź drogie zabiegy nie są receptą na wszystkie nasze problemy. Wiele osób zastanawia się jak Azjaci cieszą się taką dobrą kondycją i zdrowiem? Jednym z elementów na pewno jest zdrowa dieta, dbanie o swoje ciało i duszę, ale również .... regularne poddawanie się relaksującym sesjom masażu. Ten aspekt można śmiało stwierdzić jest wpisany w kulturę tej części globu. Cykliczne poddawanie się masażom we własnym zaciszu domowym, czy też profesjonalnym salonie z czasem na pewno pozytywnie wpłynie na nasze samopoczucie i codzienny komfort.

Rozważ wszystkie pozytywy i przekonaj się na własnej skórze czym dla Ciebie może być masaż w fotelu masującym.