



CATÁLOGO DE SERVICIOS

Correo electrónico: info@bodynatura.es

Información y reservas: [971 94 28 15 693 55 25 69](tel:971942815693552569)



En Bodynatura te ofrecemos en un solo espacio todas las terapias para mejorar tu estado físico y emocional, creamos experiencias de relajación y cuidamos del bienestar de las personas de forma integral, podrás disfrutar con nosotros de un ambiente tranquilo, ideal para relajarte y olvidarte del estrés y las tensiones diarias.

Constantemente estamos renovando y ampliando nuestra oferta, actualmente puedes disfrutar en nuestro centro de las siguientes disciplinas: masajes relajantes, descontracturantes, masaje hawaiano Lomi, Lomi, masaje deportivo, masaje con piedras calientes, masaje craneo facial, consulta de naturopatía, reflexología podal, dietética, auriculoterapia, flores de Bach, drenaje linfático manual, técnica budista...

En Bodynatura estudiaremos la forma de ofrecerte un tratamiento individualizado que se ajuste a tus necesidades. Usamos sólo productos naturales para tu salud corporal, para tu belleza y para ofrecerte un espacio de relax donde cuidarte de forma más completa y sana.

Como profesionales del sector te asesoramos y orientamos para que de verdad tu bienestar aumente, encontraremos la terapia que te permitirá sentirte mejor y te ayudamos a restablecer el equilibrio energético del cuerpo y la mente que te conducirán a un estado de calma y bienestar profundo.

En Bodynatura impartimos clases y talleres que te ayudarán a crear mayor conciencia de tu cuerpo y tu mente.

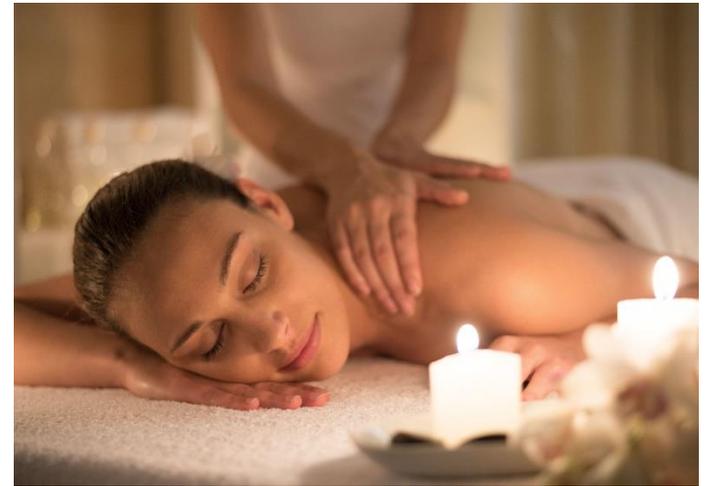
Correo electrónico: info@bodynatura.es

Información y reservas: [971 94 28 15 693 55 25 69](tel:971942815693552569)

Masaje relajante

El masaje relajante es una terapia manual destinada a mejorar el bienestar de la persona ya que su máximo objetivo es aumentar la producción de endorfinas en nuestro cuerpo.

El masaje es un método de valoración y tratamiento manual de aquellas partes del cuerpo humano que presentan alguna dolencia, o susceptibles de presentarla, con el objetivo de mejorar el dolor, reducir o eliminar tensiones musculares, mejorar la circulación sanguínea y linfática y conseguir un alivio del estrés, la ansiedad y las tensiones del día a día.



Masaje descontracturante



- Activa la circulación sanguínea y de la linfa, eliminando toxinas y oxigenando los tejidos.
- Libera endorfinas.
- Relaja y ayuda a dormir bien.
- Favorece el sistema nervioso.
- Alivia migrañas y dolores de cabeza.
- Disminuye la fatiga física.
- Elimina las células muertas de la piel.
- Hace que los músculos recuperen elasticidad y movilidad.
- Refuerza el sistema inmunológico.

Masaje hawaiano Lomi Lomi

Una relajación profunda es la sensación que más destacan las personas que se animan a probar el masaje lomi-lomi, una de las técnicas de moda en los centros de masaje que cada día gana más adeptos por sus propiedades tranquilizantes, pero también por estar indicado para prevenir y curar ciertas lesiones.

Un sabio trabajo global en el cuerpo, gracias a una mezcla estudiada de movimientos profundos y presiones rítmicas y fluidas a través de los dedos, las manos, los antebrazos y los codos del profesional, hace que sus seguidores en todo el mundo se multipliquen.

El Lomi Lomi Nui hawaiano es una de las formas más profundas que existen de masajear el cuerpo y su objetivo es conseguir la armonía total trabajando todos los músculos y facilitando el paso de los fluidos energéticos.

La clave de este masaje está en actuar al mismo tiempo sobre zonas distantes del cuerpo, ya que al cerebro le cuesta concentrarse en dos áreas diferentes y se deja llevar por un balanceo rítmico.



Masaje deportivo

Un masaje siempre ha sido visto como una actividad fuera de las manos de las personas poco pudientes, pero que día a día se está convirtiendo en algo muy necesario a la hora de entrar en competición en cualquier deporte. Además, las lesiones están a la orden del día y ésta es una forma muy eficaz de evitar dichas situaciones incómodas.

Nuestro cuerpo merece un respeto y el masaje deportivo es un elemento esencial en la vida de todo deportista profesional y el que no lo es tanto.

Masaje con piedras calientes

Al igual que muchas otras terapias que se realizan mediante masajes, la terapia geotermal también produce notables mejoras en el bienestar general de nuestro organismo. Pero, en realidad, sus beneficios van mucho más allá de la sensación de bienestar que genera. Entre algunos de los múltiples beneficios del masaje con piedras calientes se encuentran:

- Mejora las funciones de nuestro organismo, reduce los dolores crónicos especialmente los óseos y musculares.
- Elimina las toxinas del cuerpo.
- Ayuda a equilibrar el sistema nervioso y mejora la circulación sanguínea.
- Nos ayuda a relajarnos, pues mediante el correcto flujo de la energía, armonizamos cuerpo, mente y espíritu, y esto permite reducir notablemente nuestros niveles de estrés.
- También tiene numerosos efectos estéticos visibles, ya que revitaliza, oxigena e ilumina la piel. Esto es una consecuencia de la mejora de la circulación sanguínea y de la eliminación de toxinas, que contribuyen a reafirmar los tejidos y hacen que la piel tenga un aspecto mucho más terso y saludable.
- Muchos aseguran que elimina las malas energías gracias a las propiedades de las piedras volcánicas.



Masaje cráneo-facial

Masaje cráneo-facial contra el estrés y la ansiedad.

El masaje cráneo-facial se ha realizado en diferentes culturas desde hace mucho tiempo, existiendo diferentes tipos.

Por ejemplo, en la medicina ayurveda se hace el masaje Shiro Abhyanga, en la cultura japonesa el masaje Kobido o la terapia craneosacral realizada por osteópatas, entre otros. Ya sea para fines terapéuticos como quitar dolores de cabeza o estéticos para tonificar la musculatura facial, es muy relajante y saludable.

Aromaterapia, masaje con aceites esenciales.

Los aceites esenciales tienen propiedades muy variadas (digestivo, tónico, calmante, relajante...) tienen textura no grasa, aunque hablamos de "aceite" esencial y es en realidad el resultado de la extracción de la esencia contenida en los diversos órganos de las plantas; no son solubles en agua y se mantienen en su superficie. En su composición podemos encontrar entre otros muchos compuestos: Terpenos, aldehídos, cetonas, ácidos, ésteres, lactonas.

Todos sus componentes, muy variados y que constituyen los aceites esenciales, son muy activos y explican que estos aceites esenciales sean conocidos por sus beneficios para la salud.

Los aceites esenciales tienen propiedades bactericidas, efecto antiséptico, propiedades anti-inflamatorias, analgésicas, descongestionante, antiespasmódica y propiedades calmantes.



Reflexología podal

Un acto reflejo es una respuesta rápida e involuntaria del organismo ante un estímulo concreto.

En este caso el estímulo es el masaje y la respuesta son diferentes reacciones del cuerpo que se pueden resumir en una activación de los mecanismos de depuración y un efecto de relajación profunda; reacciones ambas que favorecen la restauración del equilibrio del organismo, es decir, su curación.

Naturopatía

La Naturopatía es la ciencia que estudia las propiedades y las aplicaciones de elementos naturales (vegetales, agua, sol, tierra y aire) con la finalidad de mantener y/o recuperar la salud. Es por tanto la profesión que agrupa todas las técnicas naturales conocidas socialmente en España como terapias naturales o terapias alternativas.

Naturopatía Alimentaria

Se estudia la influencia de la alimentación en la salud humana, ponderando la alimentación natural. Abarca temas como nutrición, trofología, bromatología y gastronomía. En la práctica de la Naturopatía se recomienda el consumo de alimentos naturales, tanto en su cultivo y manufacturación, como en su preparación, composición y propiedades, así como de productos complementarios que pueden estar al alcance de cualquiera. En esta área se informa, asesora, orienta, aconseja y educa sobre la alimentación como origen de salud.



Flores de Bach

Se trata de una terapia global ya que tratan al individuo y no la enfermedad ni sus síntomas. A la hora de utilizar las flores de Bach no solo se tiene en cuenta la salud de la persona, sino también, su estado de ánimo, su personalidad y su modo de enfrentarse a los problemas. Ahí radica una de las claves de las flores de Bach.

Las flores de Bach transforman las actitudes negativas en positivas. No hay que esperar a sentirse enfermo para utilizar la terapia floral de Bach.

En momentos difíciles, cuando todo es negativo, las flores de Bach son de gran valor para llegar a un equilibrio y evitar la aparición de los síntomas.

Técnica budista

Prueba una técnica ancestral, en la cual podrás regular tus emociones, calmar o contrarrestar enfermedades, auto sanarte.

Si quieres organizar tus emociones y ver la vida desde otro punto de vista no dudes en probar esta técnica tan efectiva.

"Mens sana in corpore sano"



Auriculoterapia

La auriculoterapia es una técnica terapéutica de la Medicina Tradicional China en la que se estimulan puntos específicos del pabellón auricular y la oreja para generar un efecto en el organismo que favorezca y equilibre ciertas funciones corporales.

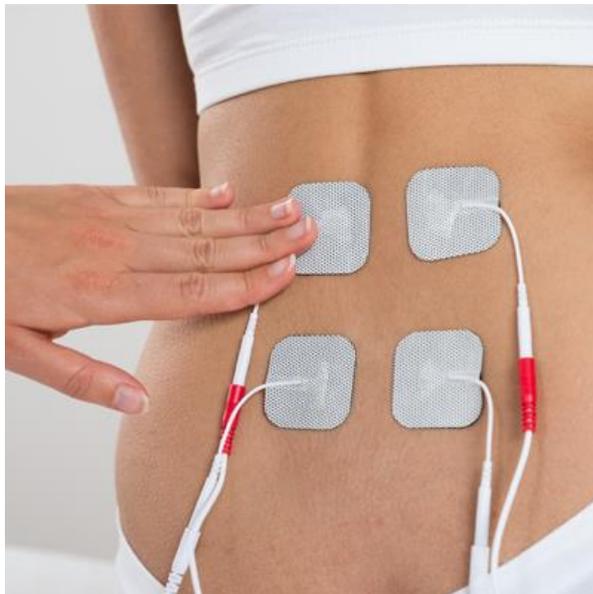
La auriculoterapia se utiliza tanto **con fines diagnósticos como terapéuticos**, ya que los puntos auriculares pueden indicarnos dónde hay un problema y también disponen de la capacidad de enviar un estímulo concreto a la zona

afectada para realizar un tratamiento. Funciona como un microsistema en el que en nuestra oreja se reflejan zonas corporales, órganos y funciones fisiológicas.

REIKI

Beneficios y aplicaciones del Reiki

Actúa a todo nivel: físico, mental, emocional y espiritual. Favorece la autocuración porque libera la propia energía curativa. Fortalece la mente, el cuerpo y el espíritu. Equilibra la frecuencia vibratoria del cuerpo y de la mente. Produce relajación profunda. Libera bloqueos y purifica toxinas. Equilibra los centros energéticos (chacras). Restablece la armonía y fluye en cantidad ilimitada. Ayuda al crecimiento personal y espiritual. Aporta beneficios mentales y hace sentirse más contento con la vida. Da más confianza en uno mismo y potencia la autoestima. Desarrolla el propio potencial humano y espiritual. Potencia los propios recursos y el triunfo. Combate el estrés. Aporta más facilidad para superar las crisis. Ayuda a encontrarse a uno mismo.



Electroestimulación muscular para deportistas y/o tratamientos estéticos.

La **electroestimulación** es una técnica muy utilizada en el ámbito del fitness y la estética. Se trata del uso de aparatos que, mediante impulsos eléctricos, provocan contracciones musculares y, como consecuencia, un efecto similar al que se obtendría ejercitando los músculos.

En estética se usa la **electroestimulación** como tratamiento adelgazante. Es una forma de hacer lo que se conoce como “ejercicio pasivo” y permite aumentar el tono muscular y mejorar la flacidez de los músculos aumentando su volumen, fuerza y resistencia. Los resultados pueden ser más efectivos si se acompañan de masajes.

En Bodynatura, confeccionamos tratamientos individualizados para la pérdida de peso y definición de figura.

Para ello contamos con la tecnología más avanzada para que te sientas bell@ por dentro y por fuera.

Cavitación

La **cavitación** es una técnica que consiste en la **generación de microburbujas** de vacío en el interior de un líquido y que acto seguida **implosionará** consiguiendo **eliminar depósitos de grasa localizados** en diferentes partes del cuerpo. Una de las principales ventajas que nos propone esta técnica es la posibilidad de utilizarlo en zonas de difícil acceso dado su grado de almacenamiento, por lo que en estos casos **no es posible eliminar esos depósitos con ejercicio físico o una dieta equilibrada.**



Radiofrecuencia facial y/o corporal + Láser.

Tratamientos para disimular/atenuar manchas y líneas de expresión, tratamiento lifting/tensor, tratamiento para bolsas y ojeras y tratamiento para hidratar y aportar colágeno y vitaminas a la piel. También conocido como tratamiento para combatir la flacidez.

Criolipólisis

La criolipólisis es una de las técnicas más avanzadas para la eliminación de grasa localizada y para disminuir o desaparecer la celulitis (según sea el caso del paciente) y es uno de los tratamientos más efectivos hoy en día volviéndose cada vez más popular y desplazando técnicas como la liposucción (lipoescultura), cavitación o lipoláser. Es un método que ha venido a revolucionar, pues al utilizar la congelación realiza la eliminación de las células grasas de una forma natural.

La criolipólisis consiste en eliminar el tejido graso por medio de la congelación que se ha vuelto muy famosa en Europa y que ha demostrado muy buenos resultados en pacientes que se les han realizado.



Presoterapia

La **presoterapia** es un tratamiento de medicina estética que **utiliza la presión de aire, a modo de masaje, activando el sistema linfático** con el fin de mejorar la circulación en todo el cuerpo. El sistema linfático se encarga de limpiar y defender el organismo, eliminando toxinas, contenido intestinal y grasas, y combatiendo gérmenes, infecciones y sustancias tóxicas.

Es un tratamiento muy cómodo y natural, con cada vez más adeptos, por su sencillez, eficacia y coste.

SERVICIO DE DIETÉTICA

CONSULTA PRIVADA

La dietista-nutricionista se encargará de los temas relacionados con la alimentación y la nutrición de los pacientes. Se realizarán sesiones individuales en las que se llevará a cabo una valoración del estado nutricional del paciente y se proporcionarán recomendaciones y dietas personalizadas.

Este servicio va dirigido a cualquiera que quiera mejorar sus hábitos alimentarios o necesite perder peso, personas con diabetes, hipertensión, enfermedad inflamatoria intestinal, celiaquía o cualquier otra dolencia que se pueda tratar con alimentación.

Los servicios que se ofrecen son:

- Antropometría
- Educación nutricional
- Dietas personalizadas

SESIONES GRUPALES

En grupos se tratarán diferentes temas relacionados con la dietética y la nutrición como pueden ser: alimentación saludable, mitos saludables, desayunos para niños o cualquier otro tema que se proponga.

En estas sesiones la dietista-nutricionista realizará educación nutricional y se resolverán las dudas de los pacientes.



Academia Bodynatura

En Bodynatura tenemos una amplia oferta de cursos tanto para profesionales como si quieres iniciarte en el mundo de las terapias alternativas

Cursos profesionales

- Quiromasajista superior
- Profesor de quiromasaje
- Reflexología podal
- Auriculoterapia
- Flores de Bach
- Kinesio
- Técnica budista

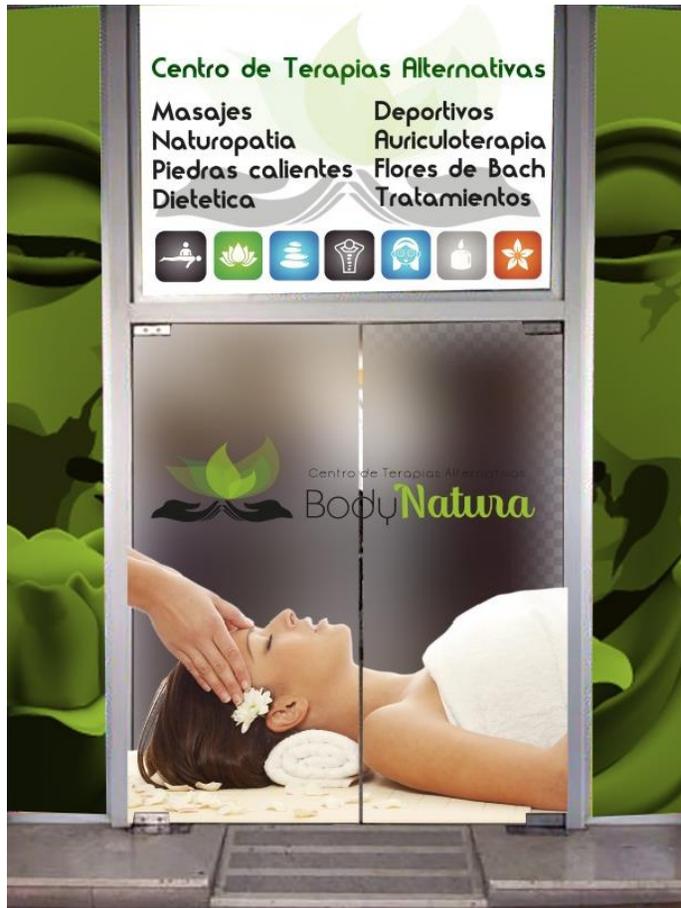


Cursos fin de semana

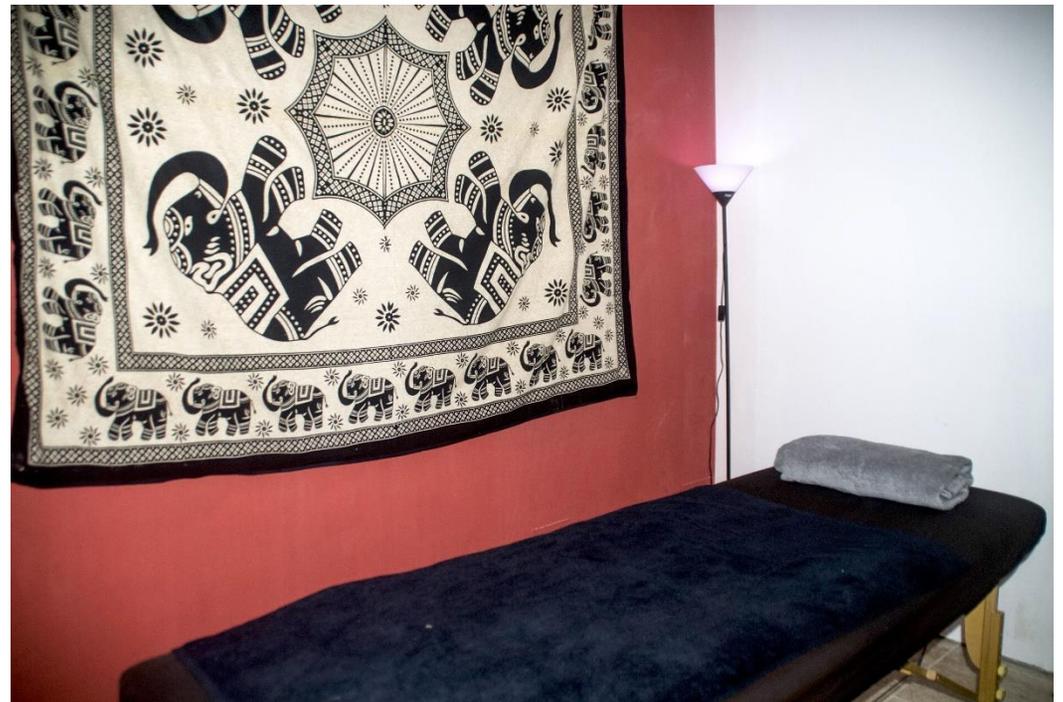
- Imposición de manos
- Péndulo
- El iris
- Masajes: ¿cómo dar un masaje a mi bebé?
- Masaje: ¿cómo puedo relajar a mi pareja después de un día agotador con un buen masaje?

Instalaciones

Entrada principal



Sala Miscelánea masajes



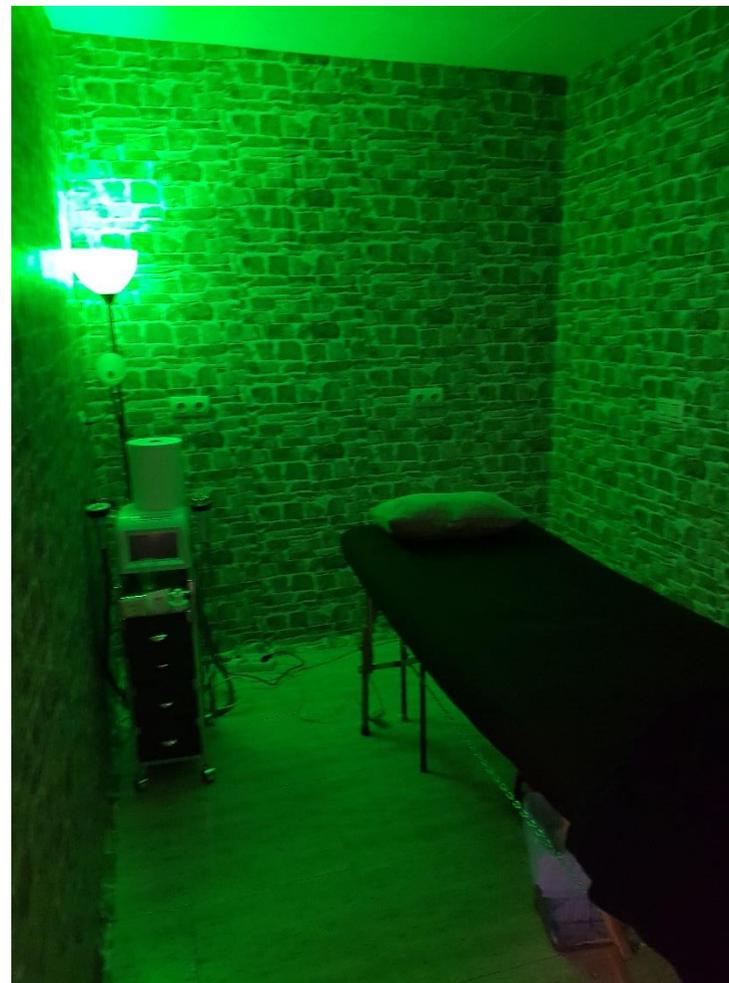
Correo electrónico: info@bodynatura.es

Información y reservas: [971 94 28 15 693 55 25 69](tel:971942815693552569)

Sala Tratamientos deportivos



Sala tratamientos estética



Correo electrónico: info@bodynatura.es

Información y reservas: [971 94 28 15 693 55 25 69](tel:971942815693552569)

Acceso Academia



Academia



Correo electrónico: info@bodynatura.es

Información y reservas: [971 94 28 15 693 55 25 69](tel:971942815693552569)

DATOS DE CONTACTO

Dirección:

**Avinguda Gran Via de Colón, 158 07300 Inca
Illes Balears**

Correo electrónico:

info@bodynatura.es

Información y reservas:

Teléfono

[971 94 28 15 693 55 25 69](tel:971942815693552569)

Horarios de apertura:

**De lunes a viernes de 10:00 a 14:00 y de 16:00
a 21:00 horas**

Sábados Con cita previa

