Party Stories

FLESZSTYLE

Masaż tajski – jak wygląda w Tajlandii?

Masaż tajski – jak wygląda w Tajlandii?

DAGMARA MARCINEK

06 SIERPIEŃ 2019

REKLAMA

Korzyści płynących z masażu tajskiego jest tak wiele, że stał się popularny już niemal na całym świecie. W Polsce również znajdziemy mnóstwo gabinetów i salonów oferujących klasyczny tajski masaż. Postanowiłam jednak sprawdzić, jak wygląda tam skąd pochodzi, czyli w Tajlandii.

REKLAMA

Na czym polega tajski masaż?

Tradycyjny tajski masaż to w teorii połączenie akupresury, refleksologii, jogi i stretchingu, ale niektórzy nazywają go jogą na leżąco. Dużo w tym racji - nie trzeba wkładać żadnego wysiłku, by nasze ciało rozciągało się, a mięśnie stawały się mocniejsze. To masażystka odpowiedzialna jest za wyginanie naszego ciała w najróżniejsze pozycje. **Korzyści masażu tajskiego** wynikają przede wszystkim z uciskania i rozmasowywania odpowiednich punktów na ciele. To dzięki temu uwalnia się energia, znika ból, łagodzi stres i zmęczenie.

ISTOCK

Nie oznacza to jednak, że masaż tajski to czysta przyjemność. Uciski bywają intensywne, a czasami nawet bolesne – masażystki wykorzystują podczas zabiegu nie tylko dłonie, ale także swoje łokcie, kolana czy stopy, by uciskać ciało z odpowiednią siłą. Dobra wiadomość jest taka, że do tego bólu można się przyzwyczaić! W tajskim salonie masażu jęki z bólu wydawali tylko Europejczycy, ku radości Tajów, na których silne uciski nie robią już wrażenia.

REKLAMA

Salony masażu – jak jest w środku?

Salony masażu tajskiego różnią się od gabinetów do masażu klasycznego. Łóżka ustawione są jeden obok drugiego, a od kolejnej masowanej osoby oddziela cię tylko zasłona, a to i tak nie zawsze. Nie ma takiej potrzeby, bo podczas masażu nie musimy tu być nago. W salonach dostaniemy za to specjalną odzież, żeby czuć się komfortowo.

Nie trzeba być nago ponieważ podczas masażu nasze ciało nie jest smarowane olejkami. Nie oznacza to jednak, że masaż tajski nie pachnie! Nasz kark, nadgarstki czy skronie nacierane są maścią o zapachu **eukaliptusa, goździków i mentolu**, których woń czujemy jeszcze długo po zakończeniu zabiegu.

REKLAMA

ISTOCK

Jeśli w Tajlandii chcemy zakosztować prawdziwego masażu, polecam opuścić strefę hotelowego SPA i wyjść na miasto. **Lokalne salony masażu** są może mniej schludne, ale mają swój niepowtarzalny klimat. Niesamowitą atmosferę tworzą też Tajki – zawsze radosne i uśmiechnięte.

Masażu nie trzeba wcześniej rezerwować, bo salonów jest tak dużo, że na pewno znajdziemy miejsce. I to nawet jeśli wybieramy się w kilka osób na raz! Jeśli w salonie nie ma wystarczającej ilości masażystek, nie jest to żaden problem. Kobiety szybko sięgają po telefony – dzwonią do koleżanek z sąsiednich salonów. I tak w 10 minut pojawia się ekipa!

REKLAMA

W masażu tajskim nie sprawdza się jednak zasada, że im dalej od turystycznego zgiełku, tym jakość jest lepsza. Wręcz przeciwnie! To w salonach w największych kurortach otrzymamy najlepszy masaż, bo masażystki mają największe doświadczenie.

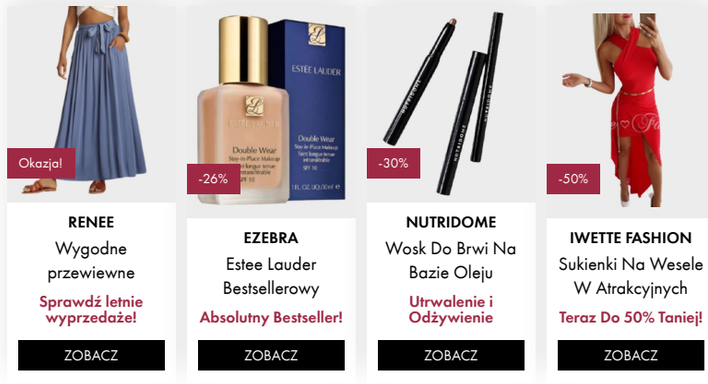
ISTOCK

Ile kosztuje masaż tajski?

Kiedyś masaż tajski przeznaczony był tylko dla rodziny królewskiej, dziś na masaż w Tajlandii chodzą wszyscy – bogaci i biedni, lokalni mieszkańcy i turyści. O ile w Polsce za tajski masaż trzeba zapłacić od 150 do 250 zł, to w Tajlandii najczęściej wystarczy jakieś 200-300 tajskich batów, czyli około **20-30 złotych!** Będąc na wakacjach w Tajlandii warto z masaży korzystać każdego dnia!

Dagmara Marcinek

Najlepsze Promocje i Wyprzedaże



EAST NEWS

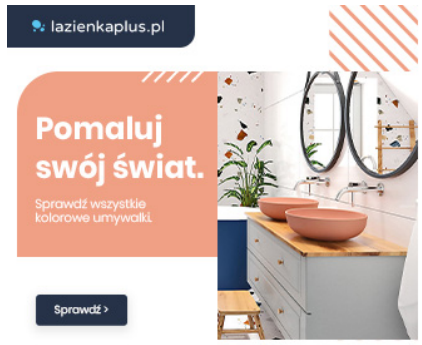
FLESZSTYLE

Ulubione zabiegi gwiazd. Oto, procedury, którym Joanna Opozda i Paulina Sykut-Jeżyna zawdzięczają piękną skórę i szczupłe ciało

Ulubione zabiegi gwiazd. Oto, procedury, którym Joanna Opozda i Paulina Sykut-Jeżyna zawdzięczają piękną skórę i szczupłe ciało

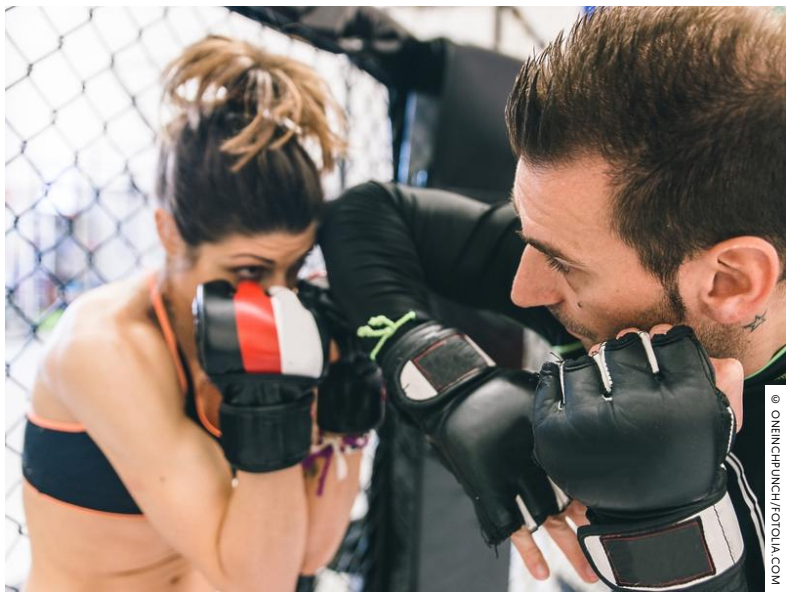
REKLAMA

Gwiazdy bywają nie tylko na salonach, ale także w salonach piękności i gabinetach medycyny estetycznej. Dzięki zabiegom cieszą się piękną, gładką skórą i smukłym ciałem . W sam raz na czerwony dywan. Które z nich polecają? Aleksandra Konieczna Termolifting w Cece Beauty Clinic (salon.cece.pl) Ce-Ce Beauty Clinic to adres godny zaufania, o niepowtarzalnej atmosferze, która w pełni pozwala mi się zrelaksować. Tes



REKLAMA

Przeczytaj



© ONEINCHPUNCH/FOTOLIA.COM

STYL ŻYCIA

Muay thai – efektowny i brutalny tajski boks

Muay thai jest tajskim boksem (zwanym również syjamskim), którego cechą charakterystyczną jest używanie podczas walki, oprócz pięści, również stóp, łokci i kolan. Walki są rozgrywane w ringu w poszczególnych kategoriach wagowych zawodników i zawodniczek.

Muay thai jest tajskim boksem (zwanym również syjamskim), którego cechą charakterystyczną jest używanie podczas walki, oprócz pięści, również stóp, łokci i kolan. Walki są rozgrywane w ringu w poszczególnych kategoriach wagowych zawodników i zawodniczek. Muay thai – walki amatorskie i zawodowe Obecnie na świecie tajski boks cieszy się bardzo dużą popularnością ze względu na jego widowiskowość. M uka walki, która

REKLAMA

Przeczytaj

REKLAMA

PIXABAY/BODY-N-CARE/CC0 1.0 HTTPS://CREATIVECOMMONS.ORG/PUBLICDOMAIN/ZERO/1.0/

FLESZSTYLE

Skuteczne sposoby na skórkę pomarańczową

Zabiegi na cellulit skutecznie pomagają go usunąć. Walka o pozbycie się skórki pomarańczowej wymaga cierpliwości. Obecnie zabiegi na cellulit, zwłaszcza wykonywane w całych seriach, rzeczywiście pomagają zredukować skórkę pomarańczową. Salony kosmetyczne oferują bogaty wybór metod w zależności od potrzeb skóry.

Zabiegi na cellulit skutecznie pomagają go usunąć. Walka o pozbycie się skórki pomarańczowej wymaga cierpliwości. Obecnie zabiegi na cellulit, zwłaszcza wykonywane w całych seriach, rzeczywiście pomagają zredukować skórkę pomarańczową. Salony kosmetyczne oferują bogaty wybór metod w zależności od potrzeb skóry. Skąd się bierze cellulit wodny Za pojawienie się cellulitu wodnego odpowiada zaburzenie zi do gromadzenia się

REKLAMA

Przeczytaj

Nasze akcje

Zobacz więcej

STYL ŻYCIA

Krem idealnie dopasowany? Zrób go sama, z Delią to łatwe!

PARTNER

STYL ŻYCIA

Mieszkanie inspirowane słoneczną Italią. Styl, który pokochały gwiazdy!

PARTNER

FLESZSTYLE

Jak urządzić wnętrze, by zawsze zachwycało świeżością?

PARTNER

© 2021 EDIPRESSE POLSKA S.A.

Dalsze rozpowszechnianie tekstów, zdjęć i materiałów wideo opublikowanych w serwisie w całości lub w części wymaga uprzedniej zgody wydawcy.