

การนวดสมุนไพรไทย เป็นวิธีโบราณ ระหว่างการประคบด้วยผ้าประคบโดยผสมด้วยสมุนไพรกว่า 20 ชนิด และน้ำมันหอมระเหยตามสูตรที่ใช้กันมาอย่างต่อเนื่องกว่า 600 ปี

การสัมผัสอย่างแผ่วเบาของลูกประคบในบริเวณที่มีปัญหาของร่างกายท่าน จะช่วยให้กล้ามเนื้อลดจากการตึงเครียด และยังช่วยให้กล้ามเนื้อผ่อนคลายจากการทำกิจกรรม ด้วยคุณสมบัติสำคัญที่ช่วยในการผ่อนคลายจากสมุนไพร ลูกประคบร้อนสามารถที่จะทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย หรือบรรเทาอาการฟกช้ำ และทำให้ข้อต่อกระชับและมันยังช่วยให้สุขภาพดีมีการไหลเวียนของเลือดที่ดี ด้วยส่วนผสมของสมุนไพรมากกว่า 20 ชนิด ดังเช่น ไพล สามารถจะช่วยฟื้นฟูกล้ามเนื้อให้แข็งแรงจากการกระแทก น้ำมันขมิ้น สามารถจะทำให้ผิวหนังที่มีปัญหาดีขึ้น กระชับขึ้นเรียบขึ้นขึ้น มะกรูด จะช่วยลดอาการวิงเวียนศีรษะ หน้ามืดตาลาย เหนื่อยอ่อน สามารถที่จะทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย มีผลให้จิตใจสบาย เกิดการผ่อนคลาย อ่อนนุ่ม ผลที่เกิดจากการฟกช้ำ หรือ ผลถลอกจะสามารถบำบัดได้โดยวางนางคำ พิมเสน และ การบูร จะมีผลให้เกิดความเย็นทำให้เกิดการกระตุ้นเส้นเลือดที่เลี้ยงหัวใจ และท่านจะมีความรู้สึกผ่อนคลายยิ่งขึ้นจากกลิ่นหอมอ่อนๆจากตะไคร้

ในการผสมผสานระหว่างการนวดแผนไทย ท่านจะรู้สึกเต็มอิ่มในการพักผ่อน บรรยากาศที่สงบเงียบ ซึ่งร่างกายและอารมณ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

สัมผัสได้ที่ **Thai Fit Studio**

การนวดสมุนไพรไทย

60 หรือ 120 นาที

