



[www.topsrbija.com](http://www.topsrbija.com)

Masaža je preventivna mera održavanja zdravlja i životne kondicije, dopunsko sredstvo u lečenju raznih povreda i sl. Ona je prirodan način koji potpomaže zdravu, srećnu i harmoničnu svakodnevnicu.

Ne može se sa sigurnošću utvrditi da li reč masaža potiče iz latinskog, starogrčkog, arapskog, hebrejskog ili nekog drugog jezika jer u svima njima ima slično značenje - dodirivati, pritiskati, pipati, što samo govori o njenoj sveprisutnosti od najstarijih vremena. Otac medicine – Hipokrat, tvrdio je da svi terapeuti moraju da znaju masažu. Njegov učenik Herodonas prvi uvodi praksu terapeutske masaže za lečenje raznih istegnuća. Iz stare Grčke masaža je preneta u stari Rim, gde nalazimo i prvi zapis o sportskoj masaži u Oribasius-ovom medicinskom spisu (IV vek). Poznati grčki lekar i filozof u rimskom carstvu Galen iz Pergama masažom je tretirao mnoge probleme mišića. Masaža je u drevnom Rimu primenjivana u medicinske, ali i u vojne i sportske svrhe, kao i u svakodnevnom životu što je njenim korisnicima donosilo ugodnost i prijalo čulima.

Posle srednjeg veka u kojem je masaža bila sasvim potisнута, epoha renesanse vraća u medicinske krugove. Osnivačem savremene terapeutske masaže smatra se ruski lekar i doktor medicine Isidora Zabludovski (1850-1906), koja je sprovedla istraživanja o primeni i dejstvu masaže, o njenom doprinosu terapiji i o tome kada je treba primenjivati.

Šezdesetih i sedamdesetih godina prošlog veka, masaža je postala snažan agens za ličnu promenu zdravstvenog stanja, zahvaljujući holističkoj i intuitivnoj tehnici masaže-povezivanje uma, tela i duha.

Danas su razne vrste masaže prisutne i u medicinske, terapeutske svrhe, ali sve više one čija je svrha prevencija stresa i premora, kao i relaksacija mišića.

Po rečima gospođe Kristine Mlađenović, sertifikovanog fizioterapeuta, lekara prirodne medicine, savetnika o zdravoj ishrani i vlasnice „Estetic relax studija“ (osnovanog 2013), danas je nezamislivo da u savremenoj hotelskoj ponudi izostane ponuda terapeuta. Zato se njena firma, koja zapošljava visokokvalifikovane kadrove, sve čvrše pozicionira u turističkim centrima kao što je Kopaonik. Za sada usluge „Estetic relax studija“ koriste hoteli „MujEn lux“, „Zoned“ i „Putnik“ na Kopaoniku. U izgledu su hoteli u turističkim centrima Zlatibor i Novi Sad.

- Usluge naše firme su dopunska ponuda hotelima koja utiče na njihovu reputaciju. Ovaj vid saradnje pogoduje hotelima koji ne moraju da razmišljaju o ovom segmentu jer o kvalitetu i dobroj usluzi razmišljamo mi. „Estetic relax studio“ raspolaže profesionalnim, stručnim osobljem, koji čine tim žena - fizioterapeuta, koje moraju da „prodaju“ i našu školu masaže. Osim stručnih znanja i spremnosti da izade u susret zahtevima gostiju, naše osoblje je upućeno u

koncept masaža koji zastupamo i koji je prisutan u svim boljim hotelima -objašnjava gospođa Mlađenović.

Masaža je vrlo bitna za zdravlje i opšte funkcionisanje organizma, kaže gospođa Mlađenović, i da su u „Estetic relax studiju“ najzastupljenije relaksirajuće, blage, prijatne masaže kojima se opušta kompletan organizam u cilju negovanje tela i podizanja opštег zdravstvenog stanja; sportske masaže koje se preporučuju sportistima kao i rekreativcima. Njima se ubrzava cirkulacija i sprečava nastanak mlečne kiseline, ili istu otklanja ukoliko je došlo do njenog nagomilavanja. Nakupljena mlečna kiselina se pretvara u kalcifikate, koji mogu da izazovu mišićnu napetost pa čak i bol. Ovim masažama se poboljšava prokrvljenost mišića i spremga za napor koji sledi. Nakon masaže u ovom „Studiju“ radi se i ultrazvuk kojim se dodatno razbijaju nakupine mlečne kiseline. Terapeutska masaža ima za cilj da proizvede određene terapijske efekte i benefite. Nekada je preporučena od strane lekara i može biti sastavni deo planirane terapije. Ona je tražena i od strane onih klijenata koji žele da održe dobru fizičku formu.

U ponudi „Estetic&relax Studia“ je i Fish spa tretman. U pitanju su Garra Rufa ribice koje uz prijatan osećaj masaže pružaju i lečenje. Prilikom dodira sa kožom ispuštaju enzim ditranol, koji čisti kožu stopala i pospešuje regeneraciju uklanjajući izumrle ćelije, a zdravu kožu ostavljaju netaknutom. Tretman „ribicama“ se preporučuje kod obolelih od psorijaze i raznih ekcema.

Osim pune odgovornosti za kvalitetet i profesionalnost, uz obaveznu ljubaznost i uslužnost terapeuta, „Estetic relax studio by Krisina“ je firma koja ima i dodatnu vrednost. U zavisnosti od sklopljenih ugovora, da li sezonski ili na godišnjem nivou, ova firma pretežno mladim ljudima daje mogućnost da rade.

Bračni par Kristina i Stevan Mlađenović imaju i Školu masaže „Orient“ u Beogradu, koja sa kursevima na početnom, ubrzanom i master nivou, u potpunosti ispunjava standarde edukacija u oblasti masaže i kozmetike i regrutuje obučene kadrove u ovoj oblasti.







[www.topsrbija.com](http://www.topsrbija.com)



[www.topsrbija.com](http://www.topsrbija.com)



[www.topsrbija.com](http://www.topsrbija.com)



[www.topsrbija.com](http://www.topsrbija.com)



[www.topsrbija.com](http://www.topsrbija.com)

