

TELVA.com

TELVA

belleza

foros
TELVA.com

• ¿Cómo acabo con la cara cansada y triste?

9 TRATAMIENTOS
QUE FUNCIONAN

• ¿Si sólo pudiera elegir un producto make up?

EL INCREÍBLE
COLORETE ROSA
(manual de uso)

cómo quitarte
5 años

(sin peinarte como tu hija)

GANAR VOLUMEN EN EL PELO
PIERDE EL MIEDO A LAS CURVAS

Y LA MEJOR RECETA: SONREÍR MUCHO

Piedras calientes

RELAX TOTAL

Terapia de curación ligada a la cultura y tradición de pueblos de la India, Egipto y nativos americanos. Las piedras ideales para este tipo de masaje son las volcánicas de basalto (suaves y pulidas) con alto contenido en hierro y magnesio y con gran capacidad para retener el calor. El masaje se aplica con aceites esenciales de propiedades relajantes; las piedras ayudan a extenderlo por todo el cuerpo y potenciar su acción gracias al calor.

Primero te colocan las piedras a lo largo de la columna y, al mismo tiempo, te van masajeando con otras piernas, brazos, glúteos y pies. En la última fase del masaje se utilizan piedras de roca fría como el mármol para tonificar y energizar.

Precio: entre 70 y 80 €.

Dónde: **Clínica S&O**, Princesa, 25 y Monasterio de Silos, 13. **MADRID**. Tel. 91 758 68 35 y 7297081. **ARRECIFE** y **LANZAROTE**. Tel. 928 072410. www.clinicasyo.com. Massada. General de la Concha, 1. **BILBAO**. Tel. 944 10 66 01.

Adelgazante

ACTIVA TUS MÚSCULOS

Este masaje corporal se realiza con guantes de electroestimulación que, a través de microimpulsos, trabajan el sistema muscular. Los músculos se activan y se contraen, lo que hace que mejore la circulación sanguínea y la eliminación de toxinas, favoreciendo la disminución de la celulitis. La piel se reafirma y los glúteos y pecho se elevan. Al usar directamente las manos, la terapeuta tiene un gran control de la estimulación muscular y del drenaje, lo que permite un tratamiento totalmente personalizado. Un plus: para finalizar te aplican autobronceador en todo el cuerpo con un suave masaje.

Precio: 110 €.

Dónde: **Estética Lostao**. Madre Vedruna, 18. **ZARAGOZA**. Tel. 976 21 80 00. www.esteticalostao.com

Tailandés

GIMNASIA EN EL FUTÓN

También llamado *yoga pasivo*, es una de las técnicas manuales más antiguas. El terapeuta te hace realizar estudiados ejercicios; incluso, se llega a subir encima de tu cuerpo en un momento dado. En realidad es como una gimnasia en la que te dejas llevar. Se realiza con ropa cómoda y tendida sobre un futón en el suelo.

Precio: 70 € uno, y 50 € con un bono de cinco.

Dónde: **Samaya Moments MADRID**. Tel. 91 551 25 01. www.samayamoments.com



Back facial

LIMPIEZA DE ESPALDA

Este *facial de espalda* es una réplica de los protocolos de rostro cuyo fin es conseguir una limpieza en profundidad. Además, atenúa imperfecciones y produce un efecto revitalizante en la zona, todo ello acompañado de suaves masajes manuales sin ningún tipo de aparatología. Después de la limpieza, elaborada

con productos 100 por cien naturales, la especialista realiza unas maniobras terapéuticas en espalda, cuello y hombros para restablecer el equilibrio postural, aliviar contracturas y evitar agarrotamientos en el cuello, propios de la vida sedentaria y el ordenador.

Precio: 60 €.

Dónde: **Serendipia**. **MADRID**. Tel. 678 87 69 02. www.serendipia-spa.com