

## Benessere e relax al **Moving** di Lissone

**E'**ormai consolidato il successo del centro benessere Moving di Lissone, un ambiente tutto nuovo creato per ritrovare l'armonia con se stessi ed il proprio corpo: una vera e propria isola di relax nella frenesia quotidiana della vita moderna. Nel centro un'ampia gamma di corsi fitness, coordinati da un'équipe di trainer di altissimo livello. Sala attrezzi, corsi di kinesis, easy line, pilates, yoga, thai chi chuan, spinning e tonificazione sono parte delle proposte di Moving per l'attività fisica create appositamente per offrire agli ospiti una concreta esperienza di benessere psico-fisico.

Tutte le attrezzature scelte nascono dall'esperienza di Technogym, azienda leader nel settore: "Personal Selection" è la nuova linea isotonica per l'allenamento muscolare; le varie macchine sono dotate dell'interfaccia "Wellness Mate", un sistema che permette di controllare i diversi parametri e di essere corretti interattivamente durante l'esercizio.

Per le attrezzature cardiotoniche il Centro Moving si affida alle migliori: Excite e Wave; con in più Easy line, una nuova proposta Technogym in grado di attrarre chi desidera un'atmosfera informale in cui allenarsi con macchinari non intimidenti e di facile utilizzo: la soluzione perfetta per l'allenamento metabolico e della forza che unisce un design fortemente innovativo a una sicura affidabilità.

L'innovativa "Kinesis", una sala modernissima e tecnologicamente avanzata, arredata secondo una concezione modulare estremamente naturale permette di riscoprire e recuperare la piena capacità moto-

ria: un sistema di scorrimento di cavi permette di compiere esercizi sui tre piani dello spazio, offrendo un'ampissimo arco di movimento.

Oltre alla ginnastica e al fitness, anche esclusive tecniche di Massaggio garantiscono nel Centro Moving di Lissone benefici e piacevolezza di esperienze salutistiche.

Hot Stone Massage è un massaggio detossinante, rilassante e drenante grazie all'utilizzo di pietre calde d'origine vulcanica; Action Sublime Massage è uno specifico trattamento viso anti-età, caratterizzato da un massaggio alle mani e alla testa, che massimizza i benefici dei prodotti utilizzati; Aromasoul Ritual Massage grazie alla sinergia di manualità avvolgenti e terapeutiche e oli essenziali s'ispira alle culture millenarie del mondo Arabo, Indiano, Cinese e Mediterraneo; Lushly Rituale ripropone in chiave moderna un'antica tradizione di benvenuto e purificazione Polinesiana; Confort Touch Body Massage è ispirato alle tecniche della scuola d'Esalen, per una esperienza psico-corporea dolce e avvolgente; Comfot Touch Face prevede una straordinaria sinergia di tecniche di sfioramento, allungamento e stretching, per un'intensa azione decontratturante e tonificante del viso e del collo.

Infine il fiore all'occhiello del centro Moving: un thermarium da sogno, una suggestiva oasi di serenità dove potrete immergervi, con sale attrezzate appositamente per il vostro relax e benessere psico-fisico.

Moving è a Lissone in Via Guarenti 17, tel. 039 795840; web: [www.movingspa.it](http://www.movingspa.it).