

ELABORACION DE ACEITE PARA MASAJES

OBJETIVO: Conocer los diferentes tipos de aceite que podemos elaborar para aplicar en diferentes tipos de masajes

FORMULA:

6 Gotas de ae

30 ml de aceite base (vegetal)

INTRODUCCION

Los aceites de masajes son preparaciones que se utilizan, para masajear la piel. De los aceites de masaje no solamente nos interesan sus propiedades lubricantes, que permiten mejor movimiento de los dedos, sino también otras propiedades, aportadas por la adición de unas gotas de aceites esenciales.

MASAJE SUECO

APORTA ENERGÍA Y FORTALECE LOS MÚSCULOS. ES IDEAL PARA UNA PRE-COMPETICIÓN Y SI DEBEMOS HACER UN EJERCICIO FÍSICO INTENSO.

15 ml de aceite de jojoba

15 ml de aceite de almendras

2 gotas de ae de romero

2 gotas de ae de jengibre

2 gotas de ae de lemongrass

NOTA: El aceite vegetal puede ser sustituido por oleato de arnica, menta, calendula.

MASAJE ESPALDA Y CUELLO

APORTA ELASTICIDAD Y DISMINUYE LARIGIDEZ Y EL DOLOR.

15 ml de aceite de semilla de uva

15 ml de aceite de calendula

3 gotas de ae de lavanda

3 gotas de ae de jengibre

NOTA: El aceite vegetal puede sr sustituido por oletao de lavanda y calendula

MASAJE DE PIERNAS

ALIVIA PESADEZ Y PERMITE UNA MEJOR CIRCULACIÓN

15 ml de aceite de semilla de sesamo

15 ml de aceite de almendras

2 gotas de ae de menta

4 gotas de ae de lavanda

NOTA: Se puede sustituir el aceite v egetal por oleato a base de sesamo y adicionado con cipres en oleato o en su caso calendula.

MASAJE RELAJANTE

ESTADO DE RELAJACIÓN Y REPOSO OPTIMO.

15 ml de aceite de lavanda

15 ml de aceite de calendula

2 gotas de ae de palo de rosas

2 gotas de ae de geranio

2 gotas de ae de jazmin

NOTA: El aceite vegetal puede ser sustituido por oleato de lavanda, calendula, melissa (toronjil) o albahaca

MASAJE REDUCTOR

PERMITE REDUCIR MEDIDAS.

15 ml de aceite de jojoba

15 ml de aceite de almendras

2 gotas de ae de romero

2 gotas de ae de menta

2 gotas de ae de pomelo

NOTA: El aceite vegetal puede ser sustituido por oleato de romero, naranja, limon, toronja,

MASAJE REGENERANTE

ANTIEDAD, NUTRITIVO, SUAVIZANTE
EMOLIENTE Y HUMECTANTE.

15ml de aceite de almendras.

15ml de aceite de rosa mosqueta.

6 gotas de aceite esencial de rosas.

NOTA: El aceite puede ser sustituido por oleato de rosas, geranio, calendula, jazmin o lavanda.

MASAJE NUTRITIVO ANTIOXIDANTE

ANTIEDAD, ESTIMULA LA BELLEZA
NATURAL, SU AROMA ALIVIA DOLORES
DE CABEZA Y ESTRÉS.

15ml de aceite de rosa mosqueta

15ml de aceite de argan

4 gotas de aceite esencial de oregano.

2 gotas de ae de lavanda

NOTA:: El aceite vegetal puede ser sustituido por
oleato de oregano, rosas o lavanda

MASAJE NUTRITIVO AFRODISIACO

AUMENTA DESEO SEXUAL, LIBIDO Y
PLACER, IDEAL PARA MASAJES EN
PAREJA.

15ml de aceite de almendras

15ml de aceite de argán.

3 gotas de aceite esencial de YlangYlang.

3 gotas de mejorana.

MASAJE NUTRITIVO DESCONTRACTURANTE

ALIVIA DOLORES MUSCULARES, AYUDA
A DESCONTRACTURAR, DOLORES
CABEZA Y TENSIONES ACUMULADAS.

15ml de aceite de calendula

15ml de aceite de sésamo

2 gotas de aceite esencial de albahaca

2 gotas de aceite esencial de eucalipto

2 gotas de ae de lavanda