

# Los **beneficios** de un **masaje deportivo**

Bodylines



## **Beneficios primarios:**

- **Liberar** la tensión muscular
- **Mejorar** la circulación
- **Aumenta** la permeabilidad y elasticidad de los tejidos.
- **Separación funcional** de músculos y conectivo tejido

## **Beneficios secundarios:**

- **Reducción** del dolor.
- **Fuerza** de tejido mejorada
- Rango de movimiento **mejorado**
- Recuperación más **rápida**
- Estado mental **mejorado**

**Aliviar la tensión y estrés asociado con trabajo, vida, lesión, o una gran carrera**

**Prevención de lesiones**  
**Recuperación de lesiones**  
**Mejorado Rendimiento**

