



UNA EXPERIENCIA DE

# INGRAVIDEZ

Al flotar sentirás la total ingravidez gracias a la densidad del agua a igual temperatura que el cuerpo. El flotario está diseñado para aislar la mente y el cuerpo del 90% de los estímulos sensoriales externos que te bombardean diariamente.

Es un nuevo concepto de salud, belleza y bienestar al alcance de todos los que quieran mejorar su calidad de vida. Imagina que regresas al útero materno, que por un momento no existe gravedad y te sientes como en el espacio y que flotas sin esfuerzo alguno como en el Mar Muerto.

Esto ya es posible gracias a los flotarios, una gran piscina que no solo permite experimentar la ingravidez, sino que proporciona una profunda relajación física y mental gracias a la cromoterapia y musicoterapia. Se reduce el estrés, la tensión muscular, el ritmo cardíaco, el ritmo respiratorio, el insomnio, la depresión, la ansiedad, el dolor premenstrual, el jet lag, la fatiga, dolores crónicos, asma, artritis, etc. Se mejora la circulación sanguínea, la linfática y el metabolismo celular, la capacidad de aprendizaje y la imaginación.



## BENEFICIOS DE LA FLOTACIÓN

- Fortalece el sistema inmunológico al lograrse un profundo estado de relajación físico y mental.
- Reajusta equilibrio bioquímico y metabólico del cuerpo.
- Favorece mayor liberación de endorfinas, lo que significa un mejor estado de bienestar físico y emocional.
- Equilibra el tono muscular al lograrse la mejor posición del cuerpo, así como un aumento de la conciencia del esquema corporal; al disminuir el tono muscular se activa la circulación, favoreciendo la oxigenación de todos los tejidos del organismo acelerando la recuperación física (contrarresta la fatiga).
- Favorece la disminución de la compresión en las vértebras, liberando las raíces nerviosas raquídeas.
- Favorece la creatividad y la concentración, así como la capacidad de aprendizaje.
- Ayuda a combatir el insomnio, la depresión y la ansiedad.

## FLOTACIÓN Y EMBARAZADAS

Es una terapia recomendada para embarazadas porque dejarán de sentir el peso de su bebé. Se minimizan las molestias físicas como extremidades hinchadas, se alivia la presión sobre el nervio ciático, se aumenta el flujo sanguíneo al útero y se reduce la tensión arterial. Se reducen también las molestias psicológicas (dificultad para dormir, miedos...) que surgen durante estos meses. (Cada embarazo tiene sus particularidades, por lo que conviene consultar a tu médico antes.)



Puedes descubrir más de las experiencias de Flotación en FLOTEXPERIENCE, un espacio dedicado a la salud y bienestar con dos terapias principales: flotación y haloterapia. Disponen además de una carta de masajes y también realizan clases y talleres.