

/ Filosofía

Nuestra filosofía es ofrecer un servicio personalizado y de calidad, donde se brinde bienestar físico, mental encontrando el equilibrio de cuerpo y mente a través del masaje, energía, música, aromas que nos van incursionando en un estado de calma y relajación dejando atrás el correr diario.

Mirra extiende su preocupación más allá de la vida personal, le preocupa mucho el estrés laboral por lo que desarrolló un plan de acción empresarial para anticiparse a estas situaciones que aumentan las inasistencias, formando alianzas estratégicas con las empresas.

Crear reconocimientos y brindar valor agregado a la labor diaria, son en la actualidad un diferencial positivo para las empresas que motivan a los colaboradores y por ende aumenta su productividad. Buscando un producto diferenciado en cuanto a salud, estética y la mejor performance respecto a las técnicas desarrolladas en el masaje.

Todo esto llevado a cabo con personal altamente calificado y preparado en las distintas terapias alternativas.

Alejandra Andrade / Directora



Tel.: 091 343 307
mail: alejandraandrade@mirra.com.uy
 mirra equilibrio para tu vida



Mirra
equilibrio para tu vida

- Masaje descontracturante
- Masaje para embarazadas
 - Drenaje linfático
 - Remodelación
 - Cosmetología
 - Reiki

/ Masajes Terapeuticos

/ Masaje Sueco (Descontracturante)

En el momento en que el masaje proporciona relajación y bienestar, ayudando en la recuperación y el mantenimiento de la salud se convierte, aun sin pretenderlo, en un acto terapéutico.

/ Masaje de Pindas (de la India - Tailandia)

Pertenece a la medicina Ayurvedica. Primer sistema de autocuración y autoregulación para curar el organismo. Se apoyan con técnicas de yoga y meditación.

/ Masaje Shiatsu

Shiatsu es una modalidad terapéutica de origen japonés en donde el terapeuta aplica presión localizada en puntos específicos del cuerpo del paciente, con el fin de aliviar el dolor, regular las funciones del cuerpo, y en general promover la salud.

/ Masaje 3ra. Edad

La terapia de masaje es útil principalmente en los adultos con problemas médicos o físicos. El tacto, los ayuda a tranquilizarlos. Y en el momento en que eso suceda, estarán en mejores condiciones para combatir las enfermedades que atraviesan a esa edad.

/ Piedras Calientes:

La utilización de piedras calientes (de basalto, volcánicas, de río), ayuda a relajarse. El calor que las piedras desprenden lentamente, contribuye a relajar los músculos

/ Masajes estético y de equilibrio de salud:



/ Drenaje linfático manual (DLM):

Técnica manual que ayuda a la circulación de la linfa a través de los vasos linfáticos y ganglios. Es una terapia no un masaje.

/ Remodelación:

Son una excelente manera de perder centímetros extra que suelen acumularse en la cintura, caderas, piernas y brazos. Reafirmar la flacidez corporal, levantamiento de glúteos

/ Reflexología:

Es una milenaria terapia egipcia que sana mente, cuerpo y espíritu. Ayuda a restaurar el equilibrio energético, se trabaja sobre las plantas y dorso de pie donde están reflejados todos nuestros órganos y sistemas.

/ Mirra para Empresas

Largas horas en una mala postura, movimientos repetitivos, generan tensiones musculares que pueden desencadenar en lesiones musculares y esqueléticas. Los resultados: alto nivel de estrés, angustia, bajos resultados y ausentismo. Crear reconocimientos y brindar valor agregado a la labor diaria, son en la actualidad un diferencial positivo para las empresas que motivan a los colaboradores y aumenta su productividad.

/ Masaje En Silla:

Se trata de un masaje de 15 minutos. Se basa en presiones digitales, movilizaciones y estiramientos sobre cuero cabelludo, rostro, cuello, hombros, espalda y manos. Trabaja específicamente sobre contracturas y puntos reflejos. Estas presiones producen un efecto de bombeo sanguíneo y energético que estimula las propias defensas existentes del organismo.

La silla ergonómica es liviana, plegable y puede ser ubicada en cualquier espacio.

