



Foot Massage : นวดฝ่าเท้า

ทำงานหนักมาตลอดสัปดาห์ ร่างกายเต็มไปด้วยความเหนื่อยล้า ขาแข็งก็แข็งไปหมด ซึ่งวิธีผ่อนคลายก็คือการนวดฝ่าเท้า ซึ่งเท้าเป็นหนึ่งในจุดสำคัญของร่างกาย เพราะเป็นบริเวณที่เป็นจุดศูนย์รวมของปลายประสาทต่าง ๆ ของร่างกาย การนวดบริเวณฝ่าเท้าจะช่วยให้ร่างกายผ่อนคลายได้ดีที่สุด รวมถึงจิตใจและอารมณ์ได้ผ่อนคลายตามไปด้วย

นวดฝ่าเท้าด้วยเทคนิคการกดจุดช่วยผ่อนคลายหลังจากการยืนหรือวิ่งที่ยาวนาน การนวดเท้าจะช่วยให้ในเรื่องของการบรรเทาความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ กระตุ้นการไหลเวียนโลหิต และระบบประสาท

7 ประโยชน์ที่ได้จากการนวดฝ่าเท้า

1. การนวดฝ่าเท้าช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด
2. การนวดฝ่าเท้าช่วยลดเครียดและภาวะซึมเศร้า
3. การนวดฝ่าเท้าช่วยทำให้สุขภาพเท้าดีขึ้น
4. การนวดฝ่าเท้าช่วยให้นอนหลับมีคุณภาพมากขึ้น
5. การนวดฝ่าเท้าช่วยจับล้างพิษในร่างกายได้ดี
6. การนวดฝ่าเท้าช่วยลดอาการแปรปรวนต่าง ๆ ก่อนมีประจำเดือน
7. การนวดฝ่าเท้าช่วยให้สุขภาพร่างกายในภาพรวมดีขึ้น

รายการที่ได้รับ

นวดฝ่าเท้า ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

ราคาต่อแพคเกจ

- | | | |
|----------------------|----------|-----------|
| 1.ระยะเวลา 1 ชั่วโมง | 1 ครั้ง | 450 บาท |
| 2.ระยะเวลา 1 ชั่วโมง | 5 ครั้ง | 2,000 บาท |
| 3.ระยะเวลา 1 ชั่วโมง | 10 ครั้ง | 3,500 บาท |