MFC
MONACO FIT COACHING

# RÉVOLUTIONNEZ VOTRE EXPÉRIENCE DU SPORT

## PRESSOTHÉRAPIE

L'INNOVATION DU DRAINAGE LYMPHATIQUE

## REVITALISEZ VOTRE CIRCULATION SANGUINE

- **TRAITEMENT** DE LA **RÉTENTION D'EAU** ET DES **JAMBES LOURDES**
- **CORRECTION** DU **RETOUR VEINEUX**
- **RÉCUPÉRATION SPORTIVE**
- **ÉLIMINATION DES TOXINES** ET **RÉDUCTION DE LA CELLULITE**
- **DÉTENTE PROFONDE**

### NOTRE CENTRE À MONACO

Monte-Carlo Bay Hotel & Resort
40 Avenue Princesse Grace

+33 6 40 62 96 62

hello@monacofitcoaching.com

www.monacofitcoaching.com

**SI VOUS AVEZ DES PROBLÈMES DE SANTÉ OU BIEN DES ANTÉCÉDENTS MÉDICAUX, MERCI DE LE PRÉCISER À L'ÉQUIPE**

## UN SOIN LYMPHATIQUE POUR UNE CIRCULATION OPTIMALE

La **pressothérapie** est une technique **paramédicale** qui utilise la **pression active** pour favoriser la **circulation sanguine et lymphatique**. Elle contribue à **l'élimination des toxines**, à la **réduction de la rétention d'eau** et à **l'amélioration du flux circulatoire**. En plus d'**apaiser la sensation de jambes lourdes**, elle procure une **relaxation profonde** et un **bien-être général**. Idéale pour **revitaliser la circulation**, **alléger les jambes** et **purifier le système lymphatique**, cette méthode offre une approche complète pour un **corps plus léger et en pleine forme**.

## INTERDICTIONS

Troubles circulatoires × Hypertension artérielle non traitée : phlébite et/ou thrombose veineuse.

## CONTRE-INDICATIONS

Pathologies veineuses × Insuffisance cardiaque × Maladies cardiovasculaires × Antécédents d'infarctus ou d'angines de poitrine × Diabète × Maladies respiratoires × Insuffisance rénale × Tuberculose × Présence d'abcès ou de tumeurs (malignes ou bénines) × Hernies abdominales ou inguinales × Désordres neurologiques × Irritation de la peau, brûlures ou blessures × Niveau élevé d'acide urique, altérations × Pathologies inflammatoires × Maladies qui affectent le métabolisme musculaire × Pression artérielle haute × **Les femmes enceintes ne doivent sous aucun pretexte utiliser cette technique au niveau de la ceinture abdominale.**

## PROTOCOLE

Pendant la grossesse, **la pressothérapie est une solution efficace pour soulager les jambes lourdes.** Toutefois, elle ne doit jamais être appliquée sur l'abdomen afin de garantir la sécurité du bébé. Une **cure ciblée sur les jambes, sans risque**, favorise **l'oxygénation des membres inférieurs et l'élimination des liquides accumulés**. Ici, un certificat médical est souhaitable avant toute séance. Pour maximiser ses bienfaits, il est important de bien s'hydrater avant et après chaque séance. Enfin, **pour des résultats optimaux, privilégiez vos séances après une activité sportive ou une session de lipolaser.**

## VIVEZ UNE SÉANCE DE PRESSOTHÉRAPIE UNIQUE

Avant de débuter, un passage aux toilettes est conseillé pour préparer votre corps et maximiser les bienfaits sur les reins et la vessie. Vous serez ensuite confortablement installé et équipé d'un pantalon hygiénique pour capturer les toxines et d'une combinaison qui stimule le **drainage lymphatique complet** : pieds, jambes, ceinture abdominale, et bras. **Les pressions sont ajustées sur mesure selon vos préférences pour un moment de détente absolue et des résultats optimaux**.
**Relaxez-vous et laissez la technologie travailler pour votre bien-être.**

## RECOMMANDATIONS

| Durée du traitement | Nombre de séances recommandées | Zones de traitement |
|---|---|---|
| 30 minutes | Jusqu'à une par jour | Pieds, jambes entières, ceinture abdominale et bras. |

## TARIFS

| | | | |
|---|---|---|---|
| A l'unité sans abonnement | 30€ | Abonnement 10 sessions | 200€ |

Ne pas jeter sur la voie publique.