Fulness Spa
ÚRSULA CALVO CENTER

Fulness Spa presenta Dry Floating Experience, un método único de flotación en seco para una profunda regeneración de cuerpo y mente

La flotación es uno de los métodos más reconocidos en todo el mundo para regenerar cuerpo y mente. La ciencia avala sus beneficios antiestrés, de mejora de la calidad del sueño o la recuperación muscular, entre otros, además de ayudar a la producción de serotonina, la "hormona de la felicidad". Fulness Spa propone Dry Floating Experience, que combina todos los beneficios del estado de ingravidez que ofrece la flotación con música relajante o meditaciones guiadas por Úrsula Calvo para conseguir con esta experiencia un profundo bienestar y relajación.

Madrid, 21 de junio de 2021.- Fulness Spa, el nuevo espacio dedicado enteramente a proporcionar una experiencia holística que cultive la relajación y el bienestar de mente, cuerpo y alma, cuenta con una gran innovación en España: Dry Floating Experience. Se trata de una evolución "seca" de la tradicional terapia de flotación (Float Therapy), que está considerada en todo el mundo como una de las soluciones antiestrés más eficaces. Una capa aislante muy flexible evita humedecernos, mientras disfrutamos de todas las ventajas de la flotación. La terapia de flotación nos permite que la mente desarrolle todo su potencial mientras el cuerpo se relaja; de este modo, brinda una experiencia sensorial única, así como una profunda regeneración corporal y mental.

DESCARGAR FOTOS

Mientras el cuerpo flota, se activan ciertas áreas específicas del cerebro, lo que estimula una respuesta fisiológica que es, precisamente, contraria al estrés. Esto conlleva una mejora del rendimiento mental, al tiempo que la ausencia de puntos de contacto tiene un efecto positivo sobre el organismo. Los beneficios se proyectan sobre diversos aspectos de la vida cotidiana. En lo que tiene que ver con la regeneración mental, elimina el estrés y la ansiedad, y mejora el estado de ánimo, la calidad del sueño y la concentración. En cuanto a la regeneración corporal, contribuye a aliviar el dolor muscular y articular, libera la tensión muscular, mejora la circulación sanguínea y favorece la recuperación atlética después de una lesión.

La ciencia ha avalado los beneficios de la ingravidez. Se ha demostrado que, en comparación con una cama de relajación tradicional, la flotación reduce a la mitad los niveles de cortisol en sangre, que permiten cuantificar el estrés. Otros estudios evidencian que la ingravidez favorece la producción de serotonina, la "hormona de la felicidad", y que afecta positivamente la calidad del sueño y contribuye al tratamiento del insomnio con resultados efectivos y duraderos. Por último, una investigación científica probó que, en una sola sesión de flotación, el dolor muscular se reduce considerablemente, lo que garantiza una regeneración más rápida de los tejidos.

Fulness Spa
ÚRSULA CALVO CENTER

En Fulness Spa, es posible disfrutar de una completa Dry Floating Experience, escuchando durante la sesión una música relajante, o bien escogiendo entre una selección de meditaciones guiadas con la orientación, si así se desea, de un 'well-being coach' del centro. Mantener el cuerpo ingrávido, profundamente relajado, facilita el proceso meditativo que lleva nuestra atención al estado de Ser. Por todo ello, se trata de una innovación indispensable para lograr una verdadera y profunda relajación de cuerpo y mente.

DESCARGAR FOTOS

Prensa FULNESS SPA: Brandipia. Fátima Sánchez y Myriam Álvarez | Tel - 911 101 354 | FulnessSpa.prensa@brandipia.com