

MASSAGE CANDLE SHEA

Bougie de massage naturelle et végane à base d'huile de coco du commerce équitable et de beurre de karité du commerce équitable. Ce produit associe de façon unique la lumière tamisée et romantique de la bougie au massage sensuel.

Il faut tout simplement allumer la mèche de la bougie et la laisser brûler jusqu'à ce que la cire se fluidifie. Éteindre la flamme et attendre quelques instants que l'huile de massage atteigne une température agréable, puis masser délicatement. Les ingrédients utilisés assurent un glissement parfait des mains sur le corps et rendent la peau rayonnante et veloutée.





MASSAGE OIL OLIVE

Huile de massage naturelle à base d'huile d'olive du commerce équitable. L'huile d'olive permet un bon glissement des mains sur le corps et a une odeur que très légère. Elle peut donc être facilement associée à des huiles ésotériques aromatiques. L'huile d'olive pénètre lentement dans la peau. Grâce à son taux élevé en acides oléiques, elle restructure la peau. Particulièrement adaptée aux peaux rugueuses et sèches. Nous savons de la médecine que l'huile d'olive dispense de la chaleur, est anti-inflammatoire et stimulante pour la circulation sanguine.

FAIR SQUARED GmbH, Hermann-Heinrich-Gossen-Str. 4, 50858 Köln (Cologne), ALLEMAGNE Téléphone +49 (0) 2234 929 66 00 info@fairsquared.com, www.fairsquared.com

MASSAGE OIL TOGETHER

Huile de massage naturelle, soignante et végane avec les huiles du commerce équitable d'argan, de noyau d'abricot, d'amande douce et d'olive, qui stimule la circulation sanguine et relaxe les muscles. Pendant le massage, la peau est nourrie intensément grâce aux huiles précieuses et est hydratée durablement grâce à son taux élevé en acides gras essentiels, en vitamine E et A et à ses minéraux précieux. L'huile de pépin de raisins ajoutée à la recette détend et régénère, tend les tissus et rend à la peau toute son élasticité.



LUBE & MASSAGE GEL GREEN TEA

Produit de soin naturel et soluble dans l'eau aussi bien adapté au massage du corps qu'en lubrifiant intime. La recette agréable, douce et végane au thé vert du commerce équitable dénoue les tensions et régénère la peau. Le thé vert est connu depuis des siècles par la médecine chinoise pour ses propriétés rajeunissantes et curatives. Ce produit est compatible avec les préservatifs et ne déstabilise pas le pH de la flore vaginale.



DépliantMassages









LE MASSAGE

Le massage est l'un des plus anciens rituels de détente et de soin de l'humanité. Pétrir, frotter, presser et tirer la peau, les tissus et les muscles : autant de bienfaits pour le corps et l'esprit. En plus de stimuler la circulation sanguine et de dénouer les tensions du corps, le massage a des effets puissants sur le bien-être de l'âme et relaxe l'esprit. En massant, on stimule différents sens. Avec les bons stimuli (effleurement, pression, étirement, chaleur, senteur et son), on veut offrir un véritable moment de bien-être physique et psychique ou soulager les tensions. En fonction de l'effet que l'on veut obtenir, il existe différentes techniques de massage et une multitude de types de massages. Même si les frontières sont floues entre les différents types de massage, on peut néanmoins séparer trois grandes catégories de massages :

1. MASSAGE DIRECT

La peau ou les muscles sont directement massés là où le problème se trouve. Dans cette catégorie, on peut mettre le massage suédois, le deep tissue, le lomi-lomi, le drainage lymphatique, le shiatsu, etc... Ces massages sont principalement reconnus de la médecine factuelle et se retrouvent dans les manuels.

2. RÉFLEXOLOGIE

Pour soulager les zones à problèmes, il existe des points et zones bien précises à manipuler. C'est une approche globale selon laquelle le corps est considéré comme un organisme cohérent, un tout. Par conséquence, l'origine du problème ne se trouve pas toujours sur la zone à problème. Au lieu de traiter une zone définie précise, on va travailler sur les arcs ou les zones réflexe, les méridiens ou le Qi pour rétablir l'équilibre psychique et

atteindre la détente physique. Parmi ces techniques, on retient l'acupressure, le massage bien-être, le massage ayurvédique, la réflexologie, les ventouses, etc...

3. MASSAGES INDIVIDUELS

Bien-sûr, il y a aussi les massages non protocolés qui impliquent en petite partie les deux premières catégories pour mettre le bien-être sensuel en avant. C'est le cas du massage entre partenaires à la maison ou le massage érotique comme le kamasutra, le tantra ou le Tao.

Peu importe le massage qui vous décidez de donner, et quels éléments des massages professionnels vous souhaitez reprendre dans l'intimité de vos murs, vous trouverez dans ce dépliant, de précieuses astuces et instructions pour rendre votre massage le plus relaxant possible et pour en profiter pleinement.

PRÉPARATION

- Prenez votre temps, le massage est un rituel de détente, de relaxation et de repos. Le stress et la précipitation n'y ont pas leur place.
- Ayez les ongles raz et retirez les bijoux sur les mains et les poignets.
- Créez une atmosphère de détente et de bien-être à la lumière de la bougie. Musique relaxante et lumière tamisée rendent l'atmosphère relaxante. Des piles de vêtements, du désordre ou pire encore, l'ordinateur, le portable où d'autres distractions sont à proscrire.
- Bannissez toute source de bruit et veiller à ce que la pièce ait une température agréable. La chaleur est la clef d'un massage relaxant. On ne se relâche pas en grelottant.

- Astuce d'expert : mettez les serviettes sur le chauffage ou dans le sèche-linge avant de recouvrir le corps du partenaire avec.
- Une serviette chaude sur les yeux du partenaire va l'aider à se relaxer complètement.
- Évitez au possible les matelas trop mous ou les lits à eau.
 Une table de massage ferme est plus agréable pour les massages et respecte mieux les articulations.
- Ne massez jamais une peau blessée ou irritée. Ne massez jamais en cas d'éruption cutanée, de fracture ou d'inflammation aiguë.

MASSER

- Couvrez les parties du corps qui ne sont pas massées, car la chaleur joue un grand rôle dans la détente.
- Utilisez un produit de massage de bonne qualité qui offre une bonne glisse des mains sur le corps et nourrie la peau en même temps, par exemple, l'huile de massage Together de FAIR SQUARFD.
- N'appliquez jamais l'huile de massage directement sur la peau, mais réchauffez-la entre vos mains. L'huile n'a pas la même température que la peau et peut faire sursauter le partenaire. Réchauffez-la entre vos mains ou utilisez une bougie de massage dont l'huile est déjà à température agréable, par exemple la bougie de massage Beurre de karité de FAIR SQUARED.
- Important: évitez tout contact incohérent ou brusque, cela casse l'effet de détente. Faites attention à ce qu'une main soit toujours en contact avec le corps, même en changeant de zone à masser afin de créer une transition agréable. Créez de la proximité et de la chaleur, de la confiance et un sentiment de sécurité, c'est très important pour bien se relaxer et relâcher son corps.

- Dans l'idéal, commencez le massage en installant votre partenaire sur le ventre et partez des épaules, puis glissez sur la nuque, les bras, les mains, le dos, puis les jambes et les pieds. La plupart des gens ont des tensions sur la nuque et le dos. Vous devez les dénouer avec votre massage, mais protégez toujours la nuque et la colonne vertébrale de votre partenaire.
- Commencez votre massage doucement et augmentez la pression en fonction de ce que préfère votre partenaire, jusqu'à dénouer les tensions. Il faut toujours demander à la personne massée si la pression lui convient, car chaque personne a sa propre sensibilité.
- Une fois la face postérieure du corps massée, demandez au partenaire de se retourner afin que vous puissiez procéder au massage de la face antérieure. Commencez par la tête et le visage, puis dirigez-vous vers les jambes, les pieds, le ventre et la cage thoracique.
- Vous choisissez les parties du corps que vous souhaitez masser. En générale, on masse les parties du corps qui offrent le plus de détente. Incluez toujours le partenaire et demandez-lui si tout va bien.
- Cohérence et répétition des mouvements sont très importants. Les mouvements lents et symétriques apportent détente et harmonie. Évitez les gestes brusques et rapides.
- En utilisant les pouces, le talon de la main ou les doigts, vous pouvez varier les sensations et être plus pénétrant.
- Attention: si le massage est destiné à se transformer en aventure sensuelle, l'huile de massage ne doit pas entrer en contact avec le préservatif! L'huile attaque le latex et le préservatifs peut se casser ou se fissurer. Dans le cadre d'un massage érotique, utilisez du lubrifiant, comme le gel de massage & lubrifiant FAIR SQUARED, qui est aussi bien adapté au massage qu'en lubrifiant intime compatible avec les préservatifs.