



# ការម៉ាស្សាបែបព្យាបាល

|                                                                                                                                                                                                                                                                          | 60min | 90min |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|
| <b>ម៉ាស្សា មានរយៈពេល៩០នាទី តម្លៃ៣០ដុល្លា</b><br>ការព្យាបាលបែបប្រពៃណីនេះរួមបញ្ចូលគ្នាការលាតសន្ធឹងដ៏វែងនៃដងខ្លួន<br>ការរុញនៅលើស្បែកដោយប្រើម្រាមមេដៃនិងប្រអប់ដៃរួមទាំងសម្ភារៈច្រកទេស។ វារំញោចអារម្មណ៍ក្នុងការប្រើប្រាស់ប្រុងយ៉ាងពិសេស<br>បន្ទុះភាពតានតឹងនិងបំបាត់ភាពមួរម៉ៅ។ | 20\$  | 30\$  |
| <b>ការបង្កើតភាពជ្រាលជ្រៅនៃការម៉ាស្សា</b><br>ការធ្វើម៉ាស្សានេះគឺជាការគ្រប់គ្រងធ្វើអោយសាច់ដុំភ្នែកអារម្មណ៍នៅលើខ្នងនិងក ដោយប្រើប្រាស់ប្រុងសំខាន់ៗរំញោច<br>វិតបន្តិចសាច់ដុំហើយជួយបំបាត់ភាពតានតឹង។                                                                            | 20\$  | 30\$  |
| <b>ម៉ាស្សារបែបខ្មែរបុរាណ</b><br>ប្រពៃណីនៃការម៉ាស្សានេះបូករួមនិងការលាតសន្ធឹងហើយនិងថាមពលនៃរាងកាយចាប់ពីចុងជើងរហូតដល់ក្បាល វារំញោចភាពឈឺចាប់<br>ការសម្រាក ជួយបន្តិចសាច់ដុំនិងបន្ទុះភាពតានតឹង។                                                                                 | 15\$  | 22\$  |
| <b>ម៉ាស្សារបាតជើង</b><br>ការម៉ាស្សារបែបបុរាណនៅចុងបូព៌ាជាការប្រើប្រាស់រុក្ខជាតិធ្វើជាប្រុងជើង គ្រូ<br>វបានផ្អែកនៅលើជើងជាចំណុចឆ្លើយតបទៅនឹងភាពខុសគ្នានៃសរីរាង្គកាយ។ ការម៉ាស្សារបែបព្យាបាលពីស្មារទៅអាចធ្វើអោយ<br>យអ្នកមានអារម្មណ៍បានសម្រាកយ៉ាងពេញលេញ។                        | 12\$  | 18\$  |
| <b>សម្រាប់ការម៉ាស្សារដៃ</b><br>នេះជាការម៉ាស្សារក្លិនក្រអូបបែបពិសេសមួយពាក់ព័ន្ធនឹងអ្នកធ្វើការងារ ការបង្កើតក្បាច់រាំជាដើម ។                                                                                                                                                | 40\$  | 60\$  |

ស្វែងរកតុល្យភាពធម្មជាតិរបស់អ្នក សូមទាក់ទងមកកាន់ក្រុមការងារដើម្បីធ្វើការកក់ម៉ាស្សា។