

## **Un tanque de flotación que sana y da bienestar**

### **Espacio Azul cuenta con él desde hace 14 años siendo pioneros en Bizkaia con este servicio**

Espacio Azul, centro de bienestar integral de Bilbao, mantiene desde 2004 como uno de sus servicios más novedosos un tanque de flotación para combatir el estrés, la ansiedad, la fatiga y los dolores musculares entre otras patologías, así como para lograr una gran sensación de bienestar. Se trata de una bañera futurista de forma circular y de fibra de carbono que tiene 600 litros de agua caliente y 300 kilos de sales Epson o sulfato de magnesio, que actúa como un importante relajante muscular.

El centro es pionero en Bizkaia con este servicio que mediante la flotación consigue varios efectos; mantener la sensación de ingravidez, con lo que el sistema nervioso y la musculatura se relajan, liberando endorfinas, que aumentan la sensación de bienestar en la persona y liberando también tensión muscular solucionando dolores diversos.

Al ser un espacio que se puede cerrar por completo permite el aislamiento sensorial, la relajación profunda y la recuperación de energía en un corto espacio de tiempo.

Flotar reajusta el equilibrio bioquímico y metabólico del cuerpo, fortaleciendo su resistencia a los efectos del estrés, enfermedades o lesiones, ya que disminuye la tensión muscular, el pulso, el ritmo cardíaco y el ritmo respiratorio.

Mejora la circulación sanguínea y, al relajarse, baja el nivel de actividad del cerebro generando ondas alfa que ayudan a descansar de forma profunda. También se elimina electricidad estática lo que posibilita salir de la sesión con la sensación de quitarse un peso de encima de forma inmediata.

“En el centro ofrecemos esta novedosa experiencia combinada con el masaje que recomendamos realizar una vez al mes. Con ello, lo que pretendemos es favorecer el buen estado de los sistemas nerviosos, circulatorio, linfático e inmunitario” asegura Amaya Sánchez, psicóloga y directora del centro.

Los usuarios de este tipo de servicio son tanto hombres como mujeres de edad media que buscan la eliminación de estrés y dolores o simplemente bienestar.

“La gente sale muy contenta de estas sesiones que recomendamos que sean de una hora para notar sus efectos. Algunos salen diciendo que se hubieran quedado más tiempo y muchos dicen que es como mágico”, comenta Amaya.

Espacio Azul son un equipo de profesionales que llevan 14 años ofreciendo un servicio integral de bienestar que abarca actividades físicas, cursos y formaciones enfocados a la mejora tanto física como emocional de la persona. Entre ellos destacan el Yoga, el Pilates, el Mindfulness, la meditación, los masajes y la Acupuntura, ámbito donde son especialistas en tema de fertilidad.

Autor: Servicios Periodísticos

**Datos de contacto:**

Servicios Periodísticos

Nota de prensa publicada en: [Bilbao](#)

Categorías: [País Vasco](#) [Entretenimiento](#) [Medicina alternativa](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>