



ME | modelación & estética



ME | modelación & estética



me | modelación & estética



Gisela Juandeda
CONSULORA ESTÉTICA

Av. Rafael Núñez 5674
Tel: (0311) 481-1567
5009 - Córdoba
www.meestetica.com.ar



ME | modelación & estética



me | modelación & estética



me | musculación & estética

Gregorio de Laferrere 2207
5009 | Cerro | Córdoba
Tel.: 0351 481 5388
Cel.: 0351 155 500866 | 0351 155 190808
info@me-estetica.com.ar
www.me-estetica.com.ar



PowerPlate® es una máquina y un programa de entrenamiento que está revolucionando el ámbito del bienestar físico. Se trata de un dispositivo de vibración de alta calidad que utiliza los principios del Acceleration Training para estimular la respuesta natural del cuerpo a la vibración.



Beneficios del PowerPlate®

La tecnología tri-dimensional de vibración empleada por el equipo PowerPlate® es líder en la industria y sus beneficios están demostrados en extensas investigaciones académicas. Por eso, PowerPlate® se distingue porque en un breve periodo de tiempo permite:

- Incrementar la tonicidad muscular
- Mejorar la flexibilidad
- Aumentar la circulación sanguínea y el drenaje linfático
- Aumentar la densidad mineral ósea
- Incrementar niveles de hormonas clave como la testosterona, la hormona de crecimiento humano, IGF-I y la serotonina
- Reducir los niveles de cortisol (hormona del stress)
- Aplicar masajes
- Realizar ejercicios de relajación
- Prevenir y combatir la celulitis
- Ayudar a disminuir el dolor

I musculación & estética

Salud y rehabilitación con PowerPlate®

Los aspectos biomecánicos de la vibración son utilizados en el campo de la medicina para el tratamiento y prevención de diferentes enfermedades y lesiones. Bajo supervisión médica, este entrenamiento permite a las personas que padecen osteoporosis, artritis, esclerós múltiple y enfermedad de Parkinson, disfrutar de los beneficios del ejercicio sin exceder sus límites de tolerancia.



Rendimiento deportivo

El ejercicio de entrenamiento acelerado fue científicamente diseñado para mejorar el entrenamiento deportivo. Gracias a la estimulación que PowerPlate® produce en las fibras musculares, los deportistas experimentan un dramático aumento en la fuerza explosiva, motora y de agilidad. Por ello son cada vez más los deportistas que lo eligen como complemento a su entrenamiento de alto rendimiento (Golf, Rugby, fútbol).



Tratamientos me Estética:

- Mesoterapia (superficial, profunda, mesoifting, mesocapilar)
- Masoterapia (masajes reductores, relajantes, descontractu ranteo, drenaje linfático manual y con Power Plate, masajes con Power Plate, aromotrología, reflexología)
- Microdermoabrasión
- Radiofrecuencia
- Rehabilitación (lesiones, traumatismos, post-quirúrgica)
- Facials: aplicaciones antiage, antiage, anti, toxinas, edemas.
- Corporal: aplicaciones reducción de peso corporal, adiposidad localizada, celulitis, flaccidez, estrías, varicos, edemas.

Personal Trainer Inside con Power Plate

- Me Weight Loss
- Me Simulación
- Me Musculación
- Me Rehabilitación & A.F.A (Actividades Físicas Adaptadas).
- Me Performance
- Me Golf
- Me After Office

Pilates con Reformer y Mat (grupal, Individual)

