



Ayurveda

trattamenti e massaggi **Ayurvedici**

Per informazioni o appuntamenti, potete contattare Claudia:

+39 351 80 82 075 – info@ayurvedicamente.it





Listino Prezzi

Massaggio Ayurvedico	<i>Tempo</i>	<i>Prezzo</i>
ABHYANGA <i>Massaggio Ayurvedico di tutto il corpo</i>	75 min	75,00 €
NAVIBHAVA <i>Massaggio Ayurvedico rilassante o energetico</i>	60 min	60,00 €
ŚIROABHYANGA, GREEVABHYANGA, MUKHABHYANGA <i>Massaggio Ayurvedico di testa, collo e viso</i>	45 min	45,00 €
PĀDABHYANGA <i>Massaggio Ayurvedico solo piedi</i>	30 min	30,00 €
UDVARTANA <i>Massaggio Ayurvedico</i>	60 min	70,00 €
ŚIRODHARA <i>Massaggio Ayurvedico del corpo e flusso di olio sulla fronte</i>	90 min	90,00 €
Altri trattamenti Ayurvedici	<i>Tempo</i>	<i>Prezzo</i>
Massaggio decontratturante (sportivo, deep) <i>Massaggio decontratturante per tutto il corpo o parziale (schiena o gambe)</i>	30/60 min	30/50 €
Trattamenti viso estetica ayurvedica <i>Pelle sensibile, Detox, Anti-Age</i>	60 min	60,00 €
Trattamenti corpo estetica ayurvedica <i>Detox, Snellente, Rassodante</i>	70 min	75,00 €
Consulenza Ayurveda Life Coach <i>Consulenza in studio o online naturopatica, ayurvedica e di life coach</i>	*	*

* Le consulenze sono personalizzate, durata e costo variano in funzione dello scopo e delle necessità individuali





Massaggi Ayurvedici

ABHYANGA *Massaggio Ayurvedico di tutto il corpo*

L'Abhyanga Maharishi Ayurveda è di grande beneficio per pacificare Vata, ridurre lo stress, rimuovere le tossine, migliora la circolazione, tonifica i muscoli, lubrifica le articolazioni, rende più morbida e levigata la pelle, aumenta la resistenza fisica e mentale allo stress, migliora la qualità del sonno.

PĀDABHYANGA *Massaggio Ayurvedico piedi e gambe*

Massaggiare il piede è utile per pacificare il sistema nervoso, lavorando sul doṣa Vata, migliorare la qualità del sonno, indicato tradizionalmente anche nei dismetabolismi. Trattare il piede ed al contempo le gambe allevia la fatica della giornata, lavora sulla circolazione linfatica e sul ritorno venoso nonché sul drenaggio dei liquidi.

NAVIBHAVA *Massaggio Rigveda personalizzato*

Navibhava è il rinnovamento, questo massaggio può essere eseguito in due modalità, rinvigorente o rilassante, per portare rinnovamento nella fisiologia attraverso manualità che lavorano sulla muscolatura e sulle articolazioni.

ŚIROABHYANGA E ŚIRODHARA

Massaggio Ayurvedico di testa e viso

Un massaggio concentrato sulla testa che pacifica tutti e tre i doṣa, rilassa e riequilibra, stimola il cuoio capelluto, utile nelle problematiche esterne ed interne legate alla testa, previene incanutimento, diminuisce lo stress, facilita il buon riposo notturno. Lo Śiroabhyanga può essere praticato come trattamento a se stante o come preparatorio per lo Śirodhara, ovvero il flusso costante di olio sulla fronte che lavora sull'ipofisi, utile fra le altre indicazioni per chi soffre di mal di testa, ansia e stress.





Altri trattamenti Ayurvedici

TRATTAMENTO ESTETICO AYURVEDICO DEL VISO

Applicazione di detergenti, oli, maschere e creme ayurvediche sul viso

Un vero e proprio trattamento di bellezza per rimuovere le tossine, pacificare i dosi e nutrire i tessuti, in base alla fisiologia ed allo squilibrio verrà utilizzato un protocollo per lenire le pelli sensibili, detossinare le pelli impure o coadiuvare o prevenire l'invecchiamento con un percorso antiage.

TRATTAMENTO ESTETICO AYURVEDICO DEL CORPO

Applicazione di oli, polveri e/o cataplasmi ayurvedici sul corpo

Nei trattamenti di estetica ayurvedica per il corpo vengono utilizzate manualità del massaggio unite all'uso di polveri o cataplasmi specifici per drenare i ristagni di liquidi, coadiuvare l'effetto snellente o rassodare i tessuti che hanno perso di tono. In base allo stato della pelle e/o allo squilibrio del momento che verrà rilevato.

UDVARTANA

Applicazione di una miscela di polveri e olio

Udvartana è un trattamento eseguito con una miscela di erbe, spezie e farine unite all'olio caldo, detossinante per eccellenza, pulisce i canali in profondità. Aiuta a contrastare la cellulite, gli accumuli di adipe localizzato, leviga la pelle ed elimina le cellule morte, stimola il metabolismo, tradizionalmente utilizzato per obesità e diabete, stimola la circolazione linfatica, contrasta il ristagno dei liquidi, rimuove Ama, le tossine. E' utile in caso di perdita di tono ed elasticità della cute. E' rinfrescante grazie alla presenza del sandalo, esfoliante naturale che dona alla pelle un gradevole effetto seta.

