

AYURVEDA

Ayurveda è un sapere antico e ancora attuale, che rispetta la natura di tutti gli esseri e se ne prende cura riportando e mantenendo l'equilibrio nelle componenti della vita: corpo, mente e spirito attraverso l'alimentazione, l'erboristeria e i trattamenti specifici per ogni costituzione. L'Ayurveda attraverso le sue pratiche conserva la salute fisica e spirituale, riportando equilibrio e benessere.

I trattamenti sono adattati alle esigenze del singolo individuo e del momento: personale, stagionale, di vita.

CONTATTI

Via Paolo Mantegazza 33

393.0068456

giadapiantanida@gmail.com



TUTTI I TRATTAMENTI INCLUDONO UN MASSAGGIO TOTAL BODY (SAMVAHANAM PER VATA PITTA, KAPHA, TRIDOSHA) E UN PARZIALE

TRATTAMENTI: durata 75 minuti € 60

Vata abhyangam

Massaggio ayurvedico per dosha vata

Pitta abhyangam

Massaggio ayurvedico per dosha pitta

Kapha abhyangam

Massaggio ayurvedico per dosha kapha

Padabhyangam

Massaggio ai piedi, tridosha e particolarmente indicato per vata

Hastabhyangam

Massaggio alle mani, tridosha e particolarmente indicato per vata

Januabhyangam

Massaggio alle ginocchia, tridosha

Uruabhyangam

Massaggio alle cosce, particolarmente indicato per Kapha e chi sente pesantezza nelle gambe

Nitambabhyangam

Massaggio ai glutei, tridosha e particolarmente indicato per Kapha e chi pratica molto sport

Pristhabhyangam

Massaggio alla colonna, tridosha e particolarmente indicato per chi soffre di mal di schiena

Katiabhyangam

Massaggio al sacro, tridosha e particolarmente indicato per chi soffre di mal di schiena

Vakshabhyangam

Massaggio al petto/seno

Udarabhyangam

Massaggio alla pancia, tridosha

Skandabhyangam

Massaggio alle spalle, tridosha

Grivabhyangam

Massaggio al collo, tridosha, particolarmente indicato per chi soffre dolore nella zona delle spalle

Mukhabhyangam

Massaggio al viso, tridosha e particolarmente adatto a dosha Vata

Shiroabhyangam

Massaggio alla testa, tridosha e particolarmente adatto a dosha Vata

Mridu Samvahanam

Massaggio rilassante delicato, tantrico

Anulom, Vilom, Vartul

Il massaggio arterioso, venoso e vascolare