



КУРС ИЗ 5 АЮРВЕДИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР

I. ABHYANGA / МАССАЖ ТЕЛА

60 MIN.

€25

Насладитесь полной релаксацией от шеи до кончиков пальцев. Используются различные типы аюрведических масел, способствующие достижению здоровья и тела, и ума. Процедура **способствует общему омоложению и снятию болей в теле.**

II. FOMENTATION / МАССАЖ С ПРИПАРИВАНИЕМ

45 MIN.

€30

Традиционная аюрведическая процедура с использованием специальных мешочков, наполненных свежими травами.

Эффективна в лечении радикулита, снимает напряжение в мышцах, оказывает омолаживающий эффект.

III. SHIRODHARA / ШИРОДАРА

90 MIN.

€45

Терапия тонкого уровня, положительно влияющая на психоэмоциональное состояние и помогающая восстановить душевное равновесие. Часто после широдары человек наконец понимает, как правильно решить проблему, которая его долго мучила.

Во время процедуры на ваш лоб, в область, где находится «третий глаз», непрерывной тонкой струйкой льется масло. Одновременно легкими движениями массируют волосистую часть головы.

Польза широдары: снимает напряжение, раздражение, усталость, беспокойства, стресс, головную боль, регулирует кровяное давление, избавляет от бессонницы, замедляет процесс старения, улучшает зрение.



КУРС ИЗ 5 АЮРВЕДИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР

IV. UDVARTANA / МАССАЖ ПОРШКОМ ИЗ ТРАВ 60 MIN. €35

Массаж порошком из лечебных трав улучшает состояние тела, очищает кожу и усиливает циркуляцию крови, разбивает подкожные жировые запасы и **способствует снижению веса, уменьшению дряблости тела и целлюлита, укрепляет сосуды, улучшает обмен веществ**

V. NAVARAKIZHI / МАССАЖ МЕШОЧКАМИ РИСА 75 MIN. €55

Снижает холестерин, помогает при гипертонии, при атрофии мышц, неподвижности суставов, кожных заболеваниях, артритах, артрозах, остеохондрозе.

Процедура включает припаривание тела с использованием специальных мешочков, наполненных особым сортом целебного риса, приготовленного в ароматной молочной смеси с лекарственными травами, с последующим эффективным массажем.

ОБЩАЯ СТОИМОСТЬ ПРИ ЗАКАЗЕ ПРОЦЕДУР ПО-ОТДЕЛЬНОСТИ €190

ПРИ ЗАКАЗЕ КОМПЛЕКСА ИЗ 5 ПРОЦЕДУР СТОИМОСТЬ €175

АЮРВЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ / AYURVEDIC MASSAGE

МАССАЖ РУК / ARM MASSAGE (BAHU ABHYANGA)

30 MIN

Способствует снятию боли в области шеи, плеч, головы, усталости кистей рук, вызванных напряжением в руках, а также оказывает расслабляющее действие

МАССАЖ КИСТЕЙ РУК / HAND MASSAGE (HASTHA ABHYANGA)

30 MIN

В наших кистях есть области, связанные с разными внутренними органами и системами в теле. HASTHA ABHYANGA концентрируется на стимулировании этих акупунктурных точек и энергетических линий, помогая телу справиться с излишними токсинами

МАССАЖ ГОЛОВЫ / HEAD MASSAGE (SHRIO ABHYANGA)

30 MIN

Процедура не только питает и увлажняет корни волос, но и увеличивает выработку гормонов и ферментов, необходимых для мозга, а также оказывает расслабляющее действие

МАССАЖ ЛИЦА / FACIAL MASSAGE (MUKA ABHYANGA)

30 MIN

Процедура, опирающаяся на древние аюрведические знания, улучшает кожу и глубоко расслабляет и питает все тело

МАССАЖ ШЕИ И ПЛЕЧ / NECK & SHOULDER MASSAGE

30 MIN

Способствует снятию ревматических болей, спазмов и напряжений в мускулах, за счет тщательного массажа с применением специального масла на травах

МАССАЖ СПИНЫ / BACK MASSAGE (PASCHIMA ABHYANGA)

30 MIN

В процедуре используются травяные масла, уменьшающие боли. Облегчает боли в спине, расслабляет зажатые мышцы в области спины и позвоночника, снимает напряжение и успокаивает нервную систему

МАССАЖ НОГ / LEGS MASSAGE (NALAKINI ABHYANGA)

30 MIN