



Expériences Ayurveda  
La science de la vie...

### **Abhyangam | Anti-estrés 50' ➤ 110€**

Masaje relajante para cuerpo entero con aceites herbales. Relajación cuerpo-mente. Mejora la circulación general y el brillo de la piel. Este masaje está indicado para uso diario, ya que equilibra todas las energías. Es el masaje clásico en el Ayurveda.

### **Thaila - Shirodhara | Tranquilidad 75' ➤ 160€**

Potente terapia para relajar la mente. Después de un relajante masaje de cuerpo entero se realiza una colada de aceites medicinales por la frente. Está indicado en estados de insomnio, ansiedad, depresión, trastornos nerviosos y también para mejorar la claridad mental. Esta terapia equilibra a Vata y a Pitta.

### **Elakkizhi | Calma Herbal 75' ➤ 160€**

Este masaje está indicado para los calambres musculares y el dolor articular, aunque tiene propiedades altamente relajantes. Es ideal para aquellas personas que buscan masajes intensos. No es que sea un masaje fuerte, pero la combinación de calor, los aceites medicinales y el masaje obtiene resultados sorprendentes. Incluye un masaje de cuerpo entero, seguido de un masaje con las “pindas” calentadas en los aceites herbales. Esta terapia pacifica el Vata.

### **Abhyangam | Anti-estrés 50' ➤ 110€**

Massage corporel relaxant à base d'huiles d'herbes. Relaxation du corps et de l'esprit, amélioration de la circulation sanguine et brillance de la peau. Ce massage est recommandé au quotidien du fait qu'il équilibre toutes énergies. C'est le massage classique de l'Ayurveda.

### **Thaila - Shirodhara | Tranquilidad 75' ➤ 160€**

Une thérapie puissante pour la relaxation de l'esprit. Après un relaxant massage corporel complet, un filet d'huiles médicinales vous sera versé sur le front. Particulièrement recommandé en cas d'insomnie, d'anxiété, de dépression ou de désagréments nerveux; ce soin permet aussi de retrouver une clarté mentale. Cette thérapie équilibre Vata et Pitta.

### **Elakkizhi | Calma Herbal 75' ➤ 160€**

Ce massage est recommandé pour les crampes musculaires et les douleurs articulaires, malgré qu'il soit très relaxant. Il est idéal pour les personnes qui recherchent des massages intenses. Il ne s'agit pas d'un massage fort, mais l'association de la chaleur, des huiles médicinales avec le massage donne des résultats surprenants. Il s'agit d'un massage corporel complet, suivi par un massage avec les “pindes” chauffées aux huiles d'herbes. Ce soin pacifie le Vata.