



Expériences Ayurveda  
La science de la vie...

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

Massatge relaxant per a cos sencer amb olis d'herbes. Relaxació cos – ment. Millora la circulació general i la brillantor de la pell. Aquest massatge està indicat per a ús diari, ja que equilibra totes les energies. És el massatge clàssic a l'Ayurveda.

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

Potent teràpia per a relaxar la ment. Després d'un relaxant massatge de cos sencer es fa una colada d'olis medicinals per la front. Està indicat per estats d'insomni, ansietat, depressió, trastorns nerviosos i també per millorar la claredat mental. Aquesta teràpia equilibra a Vata i a Pitta.

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

Aquest massatge està recomanat per les rampes musculars i el dolor articular, té també grans propietats relaxants. És ideal per les persones que busquen un massatge intens. No és un massatge fort, però les combinacions del calor, dels olis medicinals i el massatge donen resultats sorprenents. Inclou un massatge de cos sencer, seguit per un massatge amb les “pindes” escalfades amb olis d'herbes. Aquesta teràpia pacifica el Vata.

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

Relaxing massage for the whole body with herbal oils including the head for mind and body relaxation. It improves the general circulation and the brightness of the skin. This massage is indicated for daily use, since all energy balances. It is the classic massage in Ayurveda.

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

Powerful therapy to relax the mind. After a relaxing massage the whole body is washed with medicinal oils across the forehead. It is indicated for states of anxiety, depression, insomnia, nervous disorders and also improves mental clarity. This therapy balances Vata and Pitta.

### **Elaklkizhi | Herbal Calm 75' ➤ 160€**

This massage is indicated for muscle cramps and joint pain, but has highly soothing properties. It is ideal for those seeking the intense massage. It is not a very strong massage, but the combination of heat, medicinal massage oils and massage gets amazing results. It includes a full body massage, followed by a massage with “Pinda” heated in herbal oils. This therapy pacifies the Vata.