

## PRENDITI CURA DI TE



### LISTINO PREZZI

#### ► MASSAGGIO ANTISTRESS

Minuti 50 € 60,00

E' indicato per sciogliere le tensioni sia fisiche che mentali. Rilassa, ripristina lo schema di distensione, equilibra l'umore, migliora la qualità del sonno, favorisce la buona circolazione e lo stato di nutrimento dei tessuti.

#### ► CALIFORNIANO RILASSANTE

Minuti 50 € 65,00

Grazie all'impiego di un olio gradevolmente profumato, i suoi movimenti possono essere fluidi, avvolgenti, ritmici, circolari, lunghi: avvolgono e fasciano l'intera superficie del corpo

#### ► MASSAGGIO CERVICALE

Minuti 45 € 70,00

Trattamento per distendere le tensioni e lenire i dolori cervicali dovuti a posture scorrette nel sonno, nella guida, a tavola, sul lavoro.

#### ► MASSAGGIO LOMBARRE

Minuti 45 € 70,00

Indicato nel caso di dolore, contrattura e tensione zona lombare; adatto per sciatalgie e lombosciatalgie.

#### ► MASSAGGIO VISO /COLLO e drenaggio viso

Minuti 45 € 60,00

#### ► MASSAGGIO SPORTIVO Pre e post gara

Minuti 50 € 75,00

Lo scopo è quello di preparare l'atleta sia amatoriale che professionista, alla prestazione; favorire il recupero, abbassare il tono muscolare e ripristinare scioltezza e mobilità.

#### ► RILASSAMENTO MUSCOLARE POST GARA E TRATTAMENTO CON PIETRE FREDDE

Particolarmente adatto per stimolare la circolazione ed eliminare le tossine accumulate favorendo l'ossigenazione delle cellule; ripristina la scioltezza muscolare per il suo potere decongestionante ed energetico.

Minuti 50 € 75,00

#### ► LINFODRENAGGIO

Utilizza pompaggi manuali per favorire la circolazione linfatica; riduce i gonfiori e aiuta l'eliminazione di tossine e di liquidi in eccesso. E' particolarmente utile per alleviare il senso di pesantezza arti inferiori

GAMBE E GLUTEI Min 50 € 65,00

ZONALE Min 70 € 75,00

#### ► HOT STONE MASSAGE (pietre calde)

Massaggio ad olio con pietre laviche levigate che vengono riscaldate e posizionate sui centri energetici (chakra). Migliora la circolazione, allevia le tensioni articolari e muscolari, smaltisce lo stress ed è un ottimo rimedio per l'insonnia.

Minuti 70 € 85,00

#### ► RIFLESSOLOGIA PLANTARE e/o MASSAGGIO ZONALE DEL PIEDE

Minuti 50 € 60,00

Tecnica di benessere che permette di trattare l'intero organismo attraverso il massaggio delle zone riflesse del piede. Molto efficace come anti-stress e contro l'insonnia.

#### ► MASSAGGIO PER LA COPPIA

Semplici tecniche di massaggio per creare l'armonia nella relazione di coppia.

Min. 30 + 30 € 75,00