



Obiettivo della cura: rivitalizzazione - rilassante

Durata: a scelta tra 3/5/7/10 giorni

Durata applicazioni: 90-120 minuti giornalieri

Yoga: per principianti e avanzati, in gruppo

Meditazione: singola o di gruppo

CONSIGLIATO PER:

- Contratture muscolari
- Disturbi della digestione
- Inappetenza
- Debolezza generale
- Sensazione di pesantezza
- Astenia
- Spossatezza
- Dolori nell'area spinale

Pacchetto N.1

PANCHAKARMA BASE

Il Panchakarma base prevede i tre trattamenti fondamentali per il raggiungimento della purificazione della fisiologia. È previsto un pre-trattamento da eseguire a casa che serve per preparare la fisiologia a ricevere in trattamenti. Alla fine del Panchakarma sarà consigliato un Programma Estensivo Personale sullo stile di vita e della routine giornaliera e alimentare, con prescrizioni di preparati ayurvedici.

Grazie al Panchakarma le tossine sono sciolte e mobilizzate dai tessuti, per poi essere allontanate dal corpo.

Il Panchakarma risveglia il naturale meccanismo di auto-guarigione del corpo, donando un rilassamento profondo e durevole.

Il pacchetto comprende ogni giorno:

1 Abhyanga, 1 Swedana, 1 Matra basti, 1 Visita Medica con Diagnosi del Polso



TRATTAMENTI
GIORNALIERI



CONSULENZA
MEDICA



YOGA &
MEDITAZIONE



DIETA
AYURVEDICA