



**Obiettivo della cura:** purificazione della fisiologia

**Durata:** minimo 10 giorni

**Durata applicazioni:** 90-120 minuti giornalieri

**Yoga:** per principianti e avanzati, in gruppo

**Meditazione:** singola o di gruppo

**Musica:** Gandharva Veda

### CONSIGLIATO PER:

- Patologie ricorrenti
- Allergie
- Sistema immunitario indebolito
- Intossicazioni passate
- Disturbi della digestione
- Sensazione di pesantezza
- Mancanza di moto

## Pacchetto N.3

# PURIFICAZIONE

Le nostre abitudini alimentari, lo stile di vita e le condizioni ambientali causano l'accumulo di tossine nel corpo.

La terapia della purificazione del corpo mira a espellere queste tossine in tutto il corpo in modo che riacquisti la sua naturale salute e bellezza.

Il trattamento si basa su Snehana (applicazione di olio), Swedana (trattamento del sudore) e Panchakarma (processi di purificazione in senso stretto). Il pacchetto comprende vari tipi di massaggi per il corpo, trattamenti purgativi, varie applicazioni di olio e medicinali bagni di vapore.

Viene consigliato alla fine del soggiorno un Estensivo Programma Personale sullo stile di vita e della routine giornaliera e alimentare, con prescrizioni di preparati ayurvedici.

### Il pacchetto comprende:

4 Abhyanga, 2 Vishesh, 2 Udvartana, 4 Shirodhara, 1 Patrapotoli, 1 Swedana, 1 Pizzichilli, 2 Netratrapana, 2 Basti Locale, 4 Matra basti, 2 Ksheera Basti, 2 Shodana Basti, 3 Nasya, 1 Visita Medica con Diagnosi del Polso



TRATTAMENTI  
GIORNALIERI



CONSULENZA  
MEDICA



YOGA &  
MEDITAZIONE



DIETA  
AYURVEDICA



ESCURSIONI  
SUL LAGO