



Obiettivo della cura: dimagrimento- purificazione della pelle

Durata: 6 giorni

Durata applicazioni: 90-120 minuti giornalieri

Yoga: per principianti e avanzati, in gruppo

Meditazione: singola o di gruppo

Musica: Gandharva Veda

CONSIGLIATO PER:

- Sovrappeso
- Diabete tipo II
- Ipertensione
- Colesterolo alto
- Dolori articolari
- Disturbi del metabolismo dei grassi

Pacchetto N.6

DIMAGRIMENTO

Il Programma Dimagrimento comprende massaggi e trattamenti con polvere di erbe con vari oli vegetali medicinali. Questo programma include anche bagni di vapore medicati e l'assunzione di prodotti ayurvedici (Rasayana), infusi e una speciale alimentazione ayurvedica. L'obiettivo è quello di raggiungere a lungo termine perdita di peso cambiando il metabolismo.

La diagnosi del polso andrà a individuare eventuali squilibri della nostra fisiologia. Riceverete anche quello che è definito un trattamento Regale il Pizzichili, un lungo massaggio in un bagno d'olio caldo che elimina le tossine più radicate in profondità regalandovi un relax unico e restituendo al corpo e alla mente la propria integrità. Con i trattamenti Basti saranno applicate specifiche quantità di olio in varie parti del corpo per rimuovere le tensioni e sollecitare specifici centri energetici Marma e Chakra. Inoltre ci saranno delle conferenze che andranno ad approfondire temi interessanti sulla dieta ayurvedica. La consulenza medica finale permette di continuare a casa quello che si è appreso durante il soggiorno.

Sarà 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:

1 Visita Medica con Diagnosi del polso, suggerimenti per i trattamenti e prescrizioni ayurvediche, 2 Abhyanga, 2 Vishesh, 3 Shirodhara, 1 Udvaartana, 2 Swedana, 1 Pizzichilli, 2 Matra basti, 2 Basti locali



TRATTAMENTI
GIORNALIERI



CONSULENZA
MEDICA



YOGA &
MEDITAZIONE



DIETA
AYURVEDICA