

AYURVEDA: Ayurveda, ovvero la scienza della vita, è un antichissimo sistema medico indiano che risale a circa duemila anni fa. Oltre alla terapia medica vera e propria, che sfrutta particolari sostanze curative, il massaggio rappresenta un'esperienza davvero unica. Vengono utilizzati oli essenziali caldi in abbondanza con lo scopo di liberare l'attenzione, eliminare lo stress e riattivare la circolazione, rendendo i tessuti più morbidi ed elastici.

AROMATERAPIA: tecnica di manipolazione dei muscoli del corpo con l'ausilio di oli naturali profumati, i quali posseggono particolari proprietà terapeutiche indicati per specifiche patologie.

BAGNO ROMANO: immersione in vasche o piscine d'acqua calda, tiepida e fredda.

BAGNO TURCO: seduta in un ambiente saturo di aria caldo-umida (40°/60°) aromatizzata. Permette l'eliminazione di tutte le scorie ed impurità della pelle e, alternando getti d'acqua fredda, tonifica e corrobora i tessuti a beneficio della circolazione.

BALNEOTERAPIA: terapia dove vengono utilizzati i massaggi naturali dell'acqua per rilassare e rinvigorire il corpo.

CROMOTERAPIA: trattamento che utilizza vibrazioni luminose di diversa intensità e colore producendo rilassanti effetti benefici.

CURA IDROPINICA: assunzione di acque minerali per la cura di organi ed apparati e per la reintegrazione di sali minerali.

DOCCIA-JET: trattamento decongestionante delle zone adipose e cellulitiche attraverso un costante getto d'acqua a pressione.

DOCCIA FILIFORME: trattamento utilizzato per le cure dermatologiche utilizzando un getto d'acqua filiforme ad alta pressione a poca distanza dalla pelle.

FANGOTERAPIA: terapia che consiste in impacchi di fanghi (combinazione di argilla e acqua termale), i quali hanno elevate proprietà antinfiammatorie, disintossicanti e rilassanti.

HOT STONE: Grazie alle particolari proprietà delle pietre laviche, viene riattivata e riequilibrata quell'energia che permette al nostro corpo di ritrovare salute e benessere e che spesso ignoriamo di possedere. La prima sensazione è indimenticabile: come se un calore interno esplodesse dentro di noi. Gradualmente si diffonde un senso di equilibrio e benessere, sentiamo i muscoli ritonificati, un gran vigore che c'invade e che non si limita solo al corpo, ma che coinvolge anche la mente.

IDROMASSAGGIO TERMAL: è un idromassaggio effettuato all'interno di una particolare vasca dove viene utilizzata l'acqua "termale", le cui proprietà benefiche favoriscono il combattere della cellulite oltre a migliorare la circolazione sanguigna e ad essere piacevolmente rilassante.

IDROPERCORSI VASCOLARI: particolari vasche utilizzate essenzialmente per il miglioramento della circolazione e la tonificazione dei tessuti i quali sono sottoposti a sbalzi termici, alternando acqua calda e fredda.

LINFODRENAGGIO: massaggio terapeutico drenante che migliora la microcircolazione sanguigna e stimola l'eliminazione di tossine e dei liquidi in eccesso. Indicato per chi soffre di ritenzione idrica e di eccessi di adipe localizzati.

MASCHERA FACIALE: applicazione di melme o prodotti cosmetici sulla pelle del viso, i quali donano un effetto rilassante e di lucentezza all'epidermide.

MASSAGGIO POLIARTICOLARE: tecnica di manipolazione dolce dei muscoli di tutto il corpo con speciali e profumati oli, per alleviare e/o combattere problemi quali cervicale e dolori lombari.

MASSAGGIO SHIATSU: tecnica di massaggio orientale che utilizza i punti dell'agopuntura, sollecitati da un'energica pressione delle dita; in tal modo vengono bilanciati i meridiani (traiettorie di scorrimento dell'energie dell'uomo).

MASSOTERAPIA: tecnica di manipolazione dei muscoli che, con l'ausilio di oli o creme, agisce sul sistema circolatorio, donando un piacevole rilassamento.

OLISTICO: teoria filosofica che considera l'unitarietà degli elementi umani (fisico, mentale e spirituale) come un solo componente.

PEELING: eliminazione di cellule morte della pelle tramite l'applicazione di prodotti cosmetici o sostanze farmacologiche.

PERCORSO KNEIPP: sistema di alternanza d'acqua calda e fredda, in apposite vasche, adatta alla dilatazione dei vasi sanguigni, nervi, muscoli e organi interni.

PRESSOTERAPIA: trattamento utilizzato per rimuovere i liquidi interni stagnanti negli arti inferiori, basato su un vigoroso massaggio delle gambe tramite bendaggi a camera d'aria.

REIKY: massaggio di origini giapponese che armonizza i centri vitali energetici dell'individuo.

RIFLESSOLOGIA PLANTARE: tecnica di massaggio orientale che utilizza particolari punti degli organi trattati, quali mani, piedi e orecchie, per ripristinare l'energia vitale.

SAUNA: breve seduta atta a favorire un'abbondante sudorazione con conseguente eliminazione di tossine; il tutto avviene in un ambiente chiuso, con rivestimento in legno, in presenza di aria secca e calda (60°/100°). L'alternanza della seduta con docce fredde, ritempra il corpo e lo aiuta nella difesa immunitaria.

YOGA: disciplina orientale che rilassa e tonifica il corpo, migliora la circolazione e placa il sistema nervoso centrale utilizzando speciali posture corporee.

