



Massaggi e trattamenti benessere olistici

Massaggio relax

Ideale per chi cerca un momento di autentico relax, per abbandonarsi e ritrovare la giusta armonia con il proprio corpo. È un trattamento che genera un piacevole effetto distensivo, grazie all'utilizzo di manovre dolci, lente, avvolgenti e continue. È un valido strumento di prevenzione dello stress e di ottimizzazione dello stato di benessere generale.

50 min € 70,00
105 min € 105,00

Massaggio psicosomatico

Il segreto per rigenerarsi e recuperare il benessere sta nel riuscire a ritagliarsi uno spazio in cui si abbandonano tutti i pensieri, i problemi e le incombenze quotidiane e ci si rilassa completamente. In questo contatto con sé stessi si ritrovano nuove energie vitali ed equilibrio. Il massaggio psicosomatico, grazie all'utilizzo di particolari tecniche manuali e stimoli tattili diversi, si pone l'obiettivo di regalare una benefica armonia psicofisica.

50 min € 70,00
105 min € 105,00

Massaggio personalizzato antistress

È un massaggio che si adatta alle singole esigenze del ricevente, in cui sarà possibile combinare e utilizzare varie tecniche, in base alle zone da trattare ed alle problematiche specifiche che verranno riscontrate.

50 min € 75,00
75 min € 110,00

Massaggio distrettuale personalizzato

In base alle esigenze del ricevente, sarà possibile scegliere tra diversi tipi di massaggio localizzato, come schiena, cervicale, arti superiori e /o inferiori, testa e viso.

30 min € 50,00

Massaggio hawaiano lomi lomi

Nella lingua hawaiana e in quella delle Isole Samoa, il termine lomi significa "impastare, strofinare, lenire o lavorare dentro e fuori". La parola viene per enfasi ripetuta due volte. Questa terapia olistica, nella tradizione hawaiana, non è intesa solo come un semplice massaggio, ma è parte integrante di un pensiero filosofico; è definito infatti, come " il massaggio del cambiamento " per la sua interazione con la componente non solo fisica ma anche emotiva, energetica e spirituale.

50 min € 70,00

Massaggio californiano emozionale

È il massaggio psico-emozionale per eccellenza. Nato in California intorno agli anni '70, mira soprattutto al raggiungimento di un "riequilibrio" fra il piano fisico e quello spirituale. È un'esperienza sensoriale importante e molto intensa, che attraverso manualità avvolgenti, fluide e distensive, è in grado di generare un profondo stato di benessere e di ristabilire una sinergica armonia tra corpo e mente.

50 min € 70,00

75 min € 105,00

Massaggio drenante emolinfatico

Questo tipo di tecnica massoterapica agisce in modo particolare sia sulla circolazione sanguigna che su quella linfatica, con lo scopo di riossigenare, eliminare le tossine dai tessuti agevolando l'eliminazione delle scorie metaboliche, con un effetto generale distensivo e riequilibrante. Ogni manualità è un atto pressorio che agisce dall'esterno verso l'interno sui vasi sanguigni e linfatici, accelerando in senso centripeto la circolazione locale e generale. Il massaggio emolinfatico trova ampia applicazione in campo estetico ma anche terapeutico - sportivo.

È particolarmente indicato:

- Su pelli asfittiche (poco ossigenate); stimola la produzione di collagene ossigenando e rigenerando i tessuti.
- Sui soggetti in fase di dimagrimento, per la sua efficacia sulla stimolazione dei tessuti, (effetto snellente e tonificante).
- Per la sua delicatezza ed efficacia è indicato per chi soffre di fragilità vasale, PEFS (cellulite), edema agli arti inferiori, gonfiore addominale e stipsi.
- Si rivela inoltre eccellente nel trattamento dell'edema localizzato di origine traumatica, (in presenza di traumi recenti come contusioni, distorsioni).

50 min € 75,00

75 min € 110,00

Massaggio aromatico con oli essenziali

L'aroma-massaggio, nello specifico, è un trattamento olistico, che affonda le sue radici nell'aromaterapia, una branca della Fitoterapia, che sfrutta le essenze aromatiche per alleviare disturbi di lieve entità, di natura non patologica. Utilizzando specifiche manualità di sfioramento, frizione ed impastamento risulta essere uno dei metodi più semplici per utilizzare e veicolare il potere terapeutico degli oli essenziali. È un'esperienza sensoriale profonda; in cui le essenze che vengono utilizzate e miscelate in base alle specifiche esigenze, agiscono influenzando significativamente la sfera psico-emozionale, inducendo sensazioni di benessere e contribuendo ad armonizzare gli stati emotivi.

Controindicazioni generali: è sconsigliato in gravidanza, nei periodi di allattamento, in presenza di allergie cutanee e pelli sensibili, nei casi di epilessia, di gravi epatopatie e insufficienze renali.

50 min € 75,00

Maderoterapia e trattamento anticellulite

È una tecnica di massaggio nata in Sudamerica (Madeira significa legno), nella quale vengono utilizzati una grande varietà di strumenti in legno naturale, per la stimolazione ed il trattamento di specifiche regioni corporee, generando un immediato effetto drenante, rassodante, rimodellante e rilassante. Infatti, la Maderoterapia, abbinata a specifiche tecniche di massaggio, è indicata soprattutto nei soggetti con problemi di adiposità localizzate superficiali e profonde, ritenzione idrica, gonfiore addominale e agli arti inferiori. Controindicazioni: Patologie del sistema linfatico e venoso, (flebite e tromboflebite, trombosi venosa recente); Insufficienza renale e cardiaca; Diagnosi di tumori maligni.

50 min € 70,00

Trattamento anti-age Gua Sha viso e décolleté

Letteralmente: *Gua* significa "strofinare" e *Sha* vuol dire "calore".

È un'antica pratica olistica, basata sui principi della medicina tradizionale cinese, che utilizza delle pietre piatte e dei particolari rulli di giada o quarzo per massaggiare viso e décolleté. Stimolando la circolazione sanguigna e il sistema linfatico, distende le rughe d'espressione, decongestiona le borse sotto gli occhi e il viso, tonifica, ossigena e leviga la pelle, rassodando l'ovale del viso. Il trattamento viene coadiuvato dall'utilizzo di uno specifico siero viso anti-age Bio, che aiuterà a rinforzare la barriera cutanea, aumentando l'elasticità e l'idratazione della pelle.

30 min € 50,00

Coppettazione a freddo e massaggio detossinante

La "Cupping Therapy" è una pratica terapeutica/ olistica, che affonda le sue radici nella medicina tradizionale cinese. Utilizzando piccole coppette prodotte in materiali diversi (vetro, ceramica, pvc, bambù), applicate su alcune zone del corpo, si crea un importante effetto di aspirazione e decompressione sui tessuti (effetto Vacuum), che va stimolare in modo diretto ed immediato la circolazione sanguigna e linfatica, contribuendo a ridurre l'infiammazione e a migliorare il drenaggio e l'ossigenazione dei tessuti. Uno degli ambiti principali di applicazione di questa tecnica, è quello sportivo. Infatti, gli atleti apprezzano la coppettazione abbinata ad un efficace massaggio terapeutico, perché genera un effetto antalgico, antinfiammatorio e detossinante, che allevia i sintomi dipendenti dall'eccessivo sforzo muscolare e dall'affaticamento post-gara / post-allenamento, garantendo, in tal modo, un miglior recupero e una più rapida ripresa dell'attività sportiva. Inizialmente il trattamento consigliato parte dalla schiena; tuttavia, le coppette, si possono applicare in diverse regioni corporee, in modo statico oppure dinamico, compiendo diverse tipologie di movimento (lineare, circolare). La coppettazione facilita un grosso richiamo di sangue in sede di applicazione (iperemia), per questo motivo il trattamento lascia temporaneamente sulla pelle dei "segni caratteristici della coppettazione", di color rosso/ rosa chiaro o blu scuro, che si risolvono spontaneamente nel giro di pochi giorni.

Controindicazioni principali al trattamento: Insufficienza cardiaca; Insufficienza renale; Presenza di un grave edema; Malattie emorragiche (es: l'emofilia o la porpora allergica); dermatiti; psoriasi; eccessiva magrezza.

50 min € 75,00

Riflessologia plantare

È una tecnica di trattamento manuale o, più precisamente, di micro-stimolazione puntiforme, che fa parte delle Riflessoterapie. Nel corso del tempo, con la progressione degli studi su questa disciplina olistica, la collocazione delle zone riflesse presenti nei piedi, è stata oggetto di una mappatura. In linea generale, la corrispondenza tra parti del piede e strutture o organi del corpo umano segue un criterio di simmetria. Secondo alcune recenti teorie, sul piede destro sono situate le zone riflesse corrispondenti alle strutture anatomiche della metà destra del corpo. Allo stesso modo, sul piede sinistro risiedono le zone riflesse collegate agli elementi anatomici della metà sinistra del corpo. Applicando il massaggio riflessologico, l'operatore utilizza tecniche digito pressorie, sfregamenti, frizioni e *pompage* sui piedi del ricevente, con lo scopo di stimolare o inibire la funzione di un organo o sistema, corrispondente all'area riflessa che viene trattata. La riflessologia plantare può aiutare a riequilibrare i sistemi corporei, riducendo in particolar modo gli effetti derivanti da condizioni croniche di ansia e stress.

Controindicazioni: diabete, vasculite e trombosi venosa profonda agli arti inferiori, gotta, presenza di ulcere e di micosi cutanea ai piedi (es: "piede d'atleta").

30 min € 50,00



Valutazione e trattamenti osteopatici

Osteopatia classica

(Valutazione Osteopatica e trattamento)

È un sistema e trattamento manuale che si basa sulle conoscenze teorico-pratiche delle scienze mediche attuali (anatomia, fisiologia, biologia, biomeccanica, ecc.) Grazie all' utilizzo di manipolazioni e manovre specifiche, si dimostra efficace per la valutazione, la prevenzione ed il trattamento di disturbi (" disfunzioni somatiche ") che interessano non solo l'apparato neuro-muscolo-scheletrico, ma anche il sistema cranio-sacrale (legame tra il cranio, la colonna vertebrale e l'osso sacro) ed il sistema viscerale. Si avvale di un approccio causale e non sintomatico, ricercando le alterazioni funzionali del corpo, che portano al manifestarsi di segni e sintomi.

50 min € 85,00

Valutazione e trattamento osteopatico miofasciale per lo sportivo (Trattamento manuale dei Trigger Points e dei Tender Points)

Questa forma di Terapia Manuale, avvalendosi dell'utilizzo di un insieme di tecniche Osteopatiche, per la mobilizzazione dei tessuti molli (muscoli e fascia); trova la sua specifica indicazione nel trattamento del dolore miofasciale e delle sindromi dolorose su base biomeccanica e riflessa. Principali effetti Terapeutici: Grazie al suo effetto antalgico, garantisce una riduzione degli stati dolorosi a carico dell'apparato muscolo-scheletrico, generando un immediato e diffuso benessere generale. Molto utilizzato nell'ambito sportivo e rieducativo, risulta essere un ottimo trattamento anche a scopo preventivo. È sempre consigliabile una temporanea sospensione dell'attività fisica agonistica / amatoriale, nelle successive 48 ore post-trattamento.

50 min € 85,00

Valutazione e trattamento osteopatico craniosacrale

È un trattamento manuale, dolce e non invasivo, che consiste nell'ascolto e nella normalizzazione del ritmo del sistema cranio-sacrale, attraverso lievi pressioni craniali, trazioni, tecniche di decompressione e normalizzazione vertebrale. È particolarmente indicato nei periodi di forte stress. Per il ricevente risulta essere un'esperienza rilassante e rigenerante, uno spazio neutro, dove lasciare andare le tensioni più profonde, sperimentando una piacevole sensazione di benessere e una rinnovata energia psico-fisica.

50 min € 85,00

Trattamento osteopatico posturale

"Osteopatia e postura", rappresentano un connubio sempre più attuale e diffuso. Dopo un'attenta anamnesi e valutazione, grazie all'utilizzo sinergico dell'osteopatia e degli esercizi funzionali posturali, possiamo intervenire sugli atteggiamenti posturali "disfunzionali ", che spesso sono la causa di dolori muscolo-articolari diffusi; mal di schiena, cervicgia etc. In particolar modo, mediante questo approccio terapeutico, è possibile migliorare l'elasticità tissutale, grazie ad un effetto di riduzione dell'ipertono muscolare e della rigidità articolare. Gli esercizi di allungamento e di mobilizzazione, ci consentiranno di prevenire ed eliminare situazioni di contrattura e retrazioni muscolari, preservando l'integrità delle articolazioni. Si possono percepire i benefici sin dalla prima seduta, con una progressiva sensazione di leggerezza, benessere e rilassamento, oltre all'attenuazione o addirittura la scomparsa dei sintomi più frequenti, (il dolore in particolare).

50 min € 85,00

Trattamento osteopatico somato-emozionale (Osteopatia e psicosomatica)

L'Osteopatia Somato-Emozionale nasce verso la fine degli anni '70, grazie alle numerose ricerche e intuizioni del Dottor John Upledger, Medico e Osteopata americano, il quale durante la sua pratica clinica, elaborò un innovativo trattamento osteopatico, che utilizzò su alcuni suoi pazienti, affetti da disturbi di natura psicosomatica. Secondo Upledger, qualsiasi trauma psichico o fisico viene "assorbito" da specifiche aree corporee e a livello tissutale/organico, si potranno manifestare, nel lungo periodo, un insieme di sintomi ben definiti, tra cui, spesso, il dolore cronico. Il "Rilascio Somato-Emozionale" è un processo terapeutico, che aiuta il paziente ad individuare e "rilasciare la componente emotiva", correlata agli effetti residui di un trauma pregresso ed alla sintomatologia ad esso associata.

Principali Indicazioni al Trattamento:

- Disturbi del sonno
- Disturbi di concentrazione o attenzione
- Cefalea muscolo-tensiva
- Reflusso gastro-esofageo
- Colon irritabile
- Stanchezza cronica fisica e mentale
- Scarsa energia e vitalità.
- Irritabilità, stress e ansia
- Iperattività o letargia.

50 min € 85,00

Valutazione e trattamento osteopatico fasciale (trattamento manuale del sistema fasciale)

In qualità di costituente del sistema connettivale, la fascia può essere considerata un tessuto ubiquitario che permea l'intero organismo. È un organo sensoriale, ricco di recettori della sensibilità e del dolore, che vanta importanti caratteristiche funzionali sistemiche; con un ruolo importante nella percezione della postura, del movimento e della propriocezione. Quando la fascia si infiamma, a causa di posture incongrue e coatte, esposizione prolungata a microtraumi ripetuti, iper-sollecitazioni funzionali, oppure sovraccarichi articolari, questa tende a perdere la sua plasticità e a diventare più densa, rendendo difficoltoso e doloroso il movimento e la coordinazione motoria. Dopo un'attenta anamnesi e valutazione Osteopatica, il trattamento fasciale prevederà l'utilizzo di specifiche tecniche manuali a secco, statiche e dinamiche, che verranno effettuate con l'ausilio di alcuni strumenti terapeutici in legno e in metallo. Le pressioni, le frizioni e le micro-mobilizzazioni assistite, svilupperanno un calore locale endogeno, che riattiverà la funzionalità della fascia. Grazie a questo processo, verrà favorito, fin dalla prima seduta, un miglioramento della mobilità e una riduzione significativa della sintomatologia dolorosa.

Principali indicazioni:

- Restrizioni Fasciali
- Sindromi dolorose miofasciali
- Fibrosi dei tessuti molli ed esiti cicatriziali
- Dolore muscolo-scheletrico da sovraccarico funzionale
- Rigidità e disfunzione muscolare causata da posture scorrette, attività sedentaria e scarso esercizio fisico.

50 min € 85,00



Massaggi e trattamenti con approccio terapeutico olistico

Massaggio Decontratturante Total Body

Molto richiesto in ambito terapeutico e sportivo, è ideale per il trattamento di contratture, rigidità e tensioni muscolari.

Principali effetti terapeutici:

- Attenuazione dei segni di tensione presenti sotto forma di crampi e spasmi muscolari.
- Favorisce la risoluzione delle contratture muscolari, attraverso il decongestionamento e il rilassamento dei tessuti.
- Stimolazione della microcircolazione locale, con effetto drenante che facilita la rimozione delle tossine e dei cataboliti.

50 min € 80,00

Massaggio Sportivo Defatigante “post-gara “

Il massaggio sportivo post -gara è indicato subito dopo una competizione sportiva. In base alle necessità dell'atleta, viene effettuato da alcuni minuti dopo la performance, fino a 48 ore dopo. I suoi benefici sono molteplici:

- Riduzione dell'affaticamento muscolare ed eliminazione delle scorie metaboliche.
- Ripristino dell'elasticità tissutale, prevenzione dei traumi e dei postumi da affaticamento
- Ripristino della corretta funzionalità dell'apparato muscolo-scheletrico
- Ripristino dell'omeostasi corporea
- Riduzione delle contratture e accelerazione dei tempi di recupero.

50 min € 80,00

Linfodrenaggio Manuale L.D.M.

È una particolare tecnica di trattamento manuale, che trova applicazione in diversi ambiti: estetico, terapeutico e sportivo. Attraverso l'azione meccanica del massaggio, effettuato con manovre dolci, ritmiche e a bassa pressione, favorisce il drenaggio dei liquidi interstiziali in eccesso, con un aumento della corrente linfatica che “porta via” dalla zona trattata le sostanze nocive e di scarto, generando anche un miglioramento della microcircolazione e un incremento dell'ossigenazione cellulare, (effetto drenante, antiedemigeno, antinfiammatorio, antalgico e rilassante). Il linfodrenaggio manuale trova particolare indicazione non solo negli edemi del sistema linfatico ma anche negli edemi localizzati di natura traumatica, nell' insufficienza venosa e anche in caso di cellulite o lipidemia. Risulta però controindicato nelle infezioni in fase acuta, dermatiti, quando le ferite sono recenti, in caso di tubercolosi, tumori maligni non trattati, in presenza di insufficienza cardiaca o insufficienza renale, trombosi venosa profonda, tromboflebiti.

50 min € 80,00