

---

### Massaggio Terra Cielo

Questo trattamento nasce da tanti anni di pratica e buoni risultati.

Si comincia trattando i Piedi "La Terra" stimolando così l'energia dell'intero organismo, successivamente si passa a lavorare la parte alta; spalle, braccia, collo, testa, "il Cielo" dando sollievo alle zone ove sovente si accumulano tensioni.

Come per lo **Shiatsu** si riceve comodamente vestiti sdraiati su un confortevole Futon. La Terra dona Pace il Cielo Leggerezza

**50' € 60**

### Il massaggio Svedese.

È un massaggio basato sui concetti occidentali dell'anatomia e della fisiologia e riguarda principalmente il trattamento del sistema muscolare. Creato all'inizio del secolo scorso da Henrik Ling, un ginnasta svedese, il massaggio è divenuto la tecnica di base del moderno massaggio occidentale.

Il risultato del massaggio si traduce in un gradevole senso di benessere psicofisico e nella percezione di piacevolezza di "sentirsi bene nel proprio corpo", avendo allontanato lo stress, l'affaticamento e la confusione: quando un corpo è rilassato, tutte le sue funzioni, volontarie ed involontarie migliorano!

**70' € 70**



### Massaggio del Kerala

#### Brevi cenni introduttivi all'Ayurveda:

**Ayus** longevità e **Veda** conoscenza rivelata.

L'ayurveda è la medicina tradizionale utilizzata in India. L'ayurveda è un vasto e complesso sistema di prevenzione volto a migliorare la salute rispettando il corpo e così vivere bene e a lungo.

L'ayurveda si occupa del benessere dell'uomo, nel suo aspetto fisico, psichico e spirituale, si occupa dello stato di salute quanto delle patologie (medicina). Lo scopo è quello per le persone sane di mantenere il proprio benessere e prevenire le malattie, e per i malati quello di curarsi e guarire. Secondo l'Ayurveda il corpo fisico è pervaso da tre dosha (energie vitali) in proporzioni diverse. Questi determinano tramite il loro stato di equilibrio o squilibrio, rispetto alla costituzione individuale (prakriti), lo stato di benessere o disagio dell'individuo. Ogni dosha è composto da due elementi (panca-mahabhutani) ed ha determinate qualità (guna) che li caratterizzano.

Le tecniche ayurvediche sono volte all'armonizzazione dei dosha, lavorano sullo stato di vikriti (squilibrio) al fine di ripristinare la prakriti (equilibrio) dell'individuo. L'Ayurveda affianca alla disciplina medica (di cui noi qui non ci occupiamo), tecniche di massaggio e semplici pratiche di ascolto respiro e movimento.

Lo stato di salute così mantenendosi genera le condizioni di sana e lunga vita.

(Tratto da Wikipedia)

**Massaggio del Kerala 80' €80**



Pineta Hotels  
Via al Santuario, 17  
38010 Coredo

Tel.: 0463 - 53 68 66  
Fax: 0463 - 53 61 15  
E-mail: hedone@pinetahotels.it



**Per non fermarci e guardare oltre i confini ...ecco i nostri Massaggi dal Mondo!!**



**I nostri professionisti Hedonè si riservano di consigliarvi i trattamenti specifici più indicati alle vostre esigenze e di esaurire ogni vostra curiosità, realizzando un pacchetto personalizzato apposta per voi.**

**Chiedi Informazioni a Francesca**



**NATURE SPA**

### Massaggio Shiatsu

Il termine SHIATSU in giapponese significa Dito-Pressione ovvero digitopressione.

Lo Shiatsu è una disciplina molto antica la si apprende praticandola con costanza per anni e anni, con l'atteggiamento necessario per l'apprendimento di un'arte marziale.

In verità lo Shiatsu è un'arte marziale in una forma diversa lo scopo è generare il cambiamento!

Dopo l'ultima pressione lo Shiatsu svanisce, permane il suo effetto in altra forma, generando benessere.

Le tecniche di pressioni e stiramenti stimolano l'energia vitale e l'organismo in tutto il suo insieme.

Lo shiatsu non è una terapia e non cura, aiuta a superare disagi, stimola le funzioni vitali; sciogliendo blocchi e tensioni risveglia la capacità dell'organismo a riequilibrarsi migliorando così la qualità della vita.

E' una pratica volta al mantenimento del benessere psicofisico adatta a persone di ogni età. Si riceve vestiti comodamente sdraiati su un confortevole futon.

**50' 70€**

### Stress Delete 80'

Il trattamento Stress Delete si prefigge il rilassamento totale del corpo grazie al quale automaticamente insorge quello della mente riscoprendo così Calma e Pace.

Muscoli induriti o tesi dilatandosi lasciano le tensioni, il sangue, che è nutrimento, fluisce meglio, il calore si ripristina anche in quelle zone che con più facilità si raffreddano.

La sensazione di leggera spossatezza, che può permanere per un po', è indice che l'organismo comincia ad eliminare tossine stagnanti accumulate nel corso del tempo.

**80' 80€**



### Punti riflessi

Sacro colonna e cranio possono essere facilmente visualizzati come la colonna portante di un tempio.

Di fatto essi sono la Colonna Portante del tempio che Noi siamo e come dicevano gli antichi il Corpo è il tempio dello spirito.

Mediante gli stimoli ricevuti durante i trattamenti sui Punti Riflessi di piedi, mani, sacro, colonna e cranio l'organismo ha la possibilità, olisticamente e con il tempo, di riorganizzarsi sulla base di quei sani principi vitali non contrari alla legge di natura.

**80' 80€**

### Punti riflessi dei Piedi

Il massaggio zonale dei piedi è una tecnica semplice ed efficace finalizzata a recuperare e mantenere lo stato di salute, si basa sui principi della Medicina Tradizionale Cinese e sulle Mappe dei punti di Agopuntura.

Principi e Mappe sono verificate e consolidate da anni di pratica in ambienti medici e riabilitativi anche in occidente.

I Piedi sono le nostre estremità, sono il contatto con le nostre radici di Essere Terreni, essere ben radicati aiuta a mantenere stabilità, calma e presenza in modo costante.

**50' 60€**

### Punti riflessi delle Mani

Come per i piedi, anche per le mani i principi e le tecniche di riferimento sono i medesimi.

Le Mani sono le nostre estremità rivolte verso il cielo, sono le nostre antenne predisposte alla conoscenza, alla ricerca, ricevono e traducono informazioni e stimoli dal mondo esterno e li veicolano verso il nostro interno.

Avere Antenne sensibili e ricettive ci permette di vivere bene e in modo consapevole la nostra dimensione di Anello di congiunzione tra Terra e Cielo pronti ad accogliere attivamente, serenamente e senza giudizio ogni evento.

**50' 50€**

### Massaggio Posturale

#### (decontratturante a secco stretching)

E' un trattamento personalizzato, agisce direttamente, mediante il respiro, sulla struttura.

Abitudini e posture contrarie alla legge di natura generano disagi talvolta anche profondi che compromettono la qualità della vita.

L'intento di questo trattamento è quello di ripristinare nell'organismo quella memoria posturale corretta e consapevole andata perduta.

**50' €60**

