

Benessere e Salute con il
**MASSAGGIO
AYURVEDICO**



I BENEFICI DEL MASSAGGIO:

- Permette l'eliminazione delle tossine
- Favorisce l'aumento delle difese immunitarie
- Aiuta la digestione
- Rilassa la muscolatura
- Dona maggiore scioltezza e flessibilità all'intera colonna vertebrale
- Migliora la circolazione linfatica
- Riattiva il metabolismo
- Mantiene la corretta idratazione della pelle
- Aiuta negli stati di affaticamento sia mentale che fisico
- Produce forza e stabilità del corpo.

Benessere e Salute con il
**MASSAGGIO
AYURVEDICO**

I VARI TIPI DI MASSAGGIO:

Abhyangam: massaggio base praticato su tutto il corpo e che comprende: Mukhabyangam (mass.viso) e Siroabyangam (mass.testa)



Pindasveda: massaggio con sacchetti caldi.



Neerabhyangam: massaggio linfatico

Benessere e Salute con il
**MASSAGGIO
AYURVEDICO**



Udvertana: massaggio con polveri di erbe



Udgharshana: strofinamento con polveri

Antonella Faiazza

Operatore Ayurveda
Yoga Teacher



Info 339.6414998 - 328.6344863

Email: ankita31@libero.it

Benessere e Salute con il **MASSAGGIO AYURVEDICO**

Il massaggio è la più antica
forma di terapia fisica
e trova spazio all'interno della
fisioterapia della medicina
alternativa e nei trattamenti
estetici.



Il massaggio ayurvedico fa parte
della medicina ayurvedica
i cui testi risalgono circa al
settimo secolo a.C. e i suoi
effetti sono molti dal riequilibrio
alla depurazione e tutti possono
riceverlo anche le donne
in gravidanza.



Benessere e Salute con il **MASSAGGIO AYURVEDICO**



A Natale regala
o regalati benessere
e salute con il
Massaggio Ayurvedico
(Trattamenti a partire da € 35)

*Buone
Feste*

Antonella Faiazza

Operatore Ayurveda
Yoga Teacher



GUIDONIA - VIA ROSATA 53

Info 339.6414998 - 328.6344863

Email: ankita31@libero.it

Si riceve per appuntamento

Benessere e Salute con il **MASSAGGIO AYURVEDICO**

Il massaggio è considerato
una delle tecniche più
efficaci per ristabilire un
ottimo equilibrio psico-fisico



Il massaggio Ayurvedico
viene praticato su tutto il corpo
utilizzando

oli ed erbe medicinali naturali

che fanno parte della tradizionale
Medicina Ayurvedica.

