

Massagem Ayurvédica – ABHYANGA

Abhyanga quer dizer untar, criar movimento. Originada na Índia faz parte dos processos de purificação

Massagem que actua poderosamente sobre a circulação sanguínea, a respiração e energia vital.

O que é Ayurveda?

"Ayur" significa vida e "Veda" conhecimento, sabedoria ou ciência. É a ciência da saúde mais antiga da
module {[61]}

A medicina Ayurvédica é parte da ciência Védica e utiliza na sua abordagem terapêutica, plantas medicinais, dietas, actividade física, meditação, yoga, massagem e aromaterapia.

O objectivo da Ayurveda é proporcionar para as pessoas um bem-estar geral, o equilíbrio psico-emocional, social e espiritual.

Esta massagem é realizada com óleos aromáticos por todo o corpo.

Aumenta a circulação dos fluidos do corpo, promove uma respiração profunda e diminui o stress, relaxando os músculos, promovendo mais vigor e vitalidade

Marque já a sua sessão!