

Masaje y terapia manual ayurvédicos holísticos

Experimenta la presencia en tu cuerpo.
Siente cómo tu energía puede volver a un
equilibrio armonioso.
Permítete recibir — y llegar plenamente a
ti.

En mis masajes ayurvédicos y terapias
manuales puedes experimentarte a ti
misma/o a través de mi contacto —
apoyado por aceites vegetales ayurvédicos
calientes y aceites esenciales, sonidos,
técnicas somáticas de liberación y/o
aplicaciones específicas de terapia manual
— y encontrarte de forma sanadora. En
este camino, estos impulsos suaves y a la
vez potentes pueden acompañarte.

Masaje ayurvédico con aceite (con aceites vegetales ayurvédicos y aceites esenciales)

- Armonizar el flujo de energía
- Hacer perceptibles (y, en su caso, liberar) bloqueos en puntos marma y chakras
- Hacer perceptibles y liberar tensiones musculares y adherencias fasciales
- Regulación del sistema nervioso (técnicas somáticas, sonido, contacto)

Baño de aceite Marma (Basti)

Armoniza la energía en el centro energético correspondiente (marma, chakra)

- Hrdaya Basti: Chakra del corazón (espalda alta o esternón) — abre y calma el corazón, alivia bloqueos en el pecho
- Chakra raíz y sacro (espalda baja) — libera tensiones en la zona lumbar, armoniza la energía en el espacio pélvico
- Nabi Basti: Chakra del ombligo — calma y nutre el abdomen y la digestión

Shirodhara (vertido de aceite en la frente)

- Regula el sistema nervioso y reduce la sensación de estrés
- Calma Vata y armoniza el chakra Ajna

Masaje con bolsas de hierbas (Pinda Sveda)

- Estimula el metabolismo
- Aumenta la vitalidad
- Libera tensiones y bloqueos





Lista de precios

Masaje ayurvédico con aceite

45 minutos - 75 €

Baño de aceite Marma (Basti), incl. masaje ayurvédico y sauna de vapor ayurvédica

70 minutos - 120 €

Shirodhara, incl. masaje ayurvédico y sauna de vapor ayurvédica

70 minutos - 120 €

Masaje con bolsas de hierbas (Pinda Sveda)

60 minutos - 120 €