

## Proprietà dei trattamenti

Ayurvedico: attiva la circolazione sanguigna e linfatica, nutre i tessuti in profondità, migliora l'interscambio dei fluidi corporei con conseguente eliminazione di tossine e tonifica i muscoli. Ottimo supporto ad altri tipi di cure.

Reflessologia plantare: armonizza il funzionamento degli organi, ristabilendo la salute generale della persona.

Shiatzu: disciplina evolutiva che utilizza la digitopressione per attivare il processo di auto guarigione dell'individuo.

Yoga: scienza applicata sull'uomo moderno che agisce a livello fisico, mentale ed emozionale. Yoga passivo è un trattamento di tipo articolare che ha lo scopo di rimuovere le tossine dal corpo ristabilendo tutte le funzioni fisiologiche.

Per iscrizioni e prenotazioni  
contattare Angela:

328.4720736



## LE FORME DEL BENESSERE



Sabato 8 Maggio 2010

ZOE

Salita Padre Denza n° 9

Moncalieri

UN'INTERA

GIORNATA ALLA

SCOPERTA DELLE

TECNICHE PER IL

BENESSERE PSICO

FISICO DELLA

PERSONA



Il corpo vi invia dei segnali di stanchezza a cui non avete avuto il tempo di prestare attenzione?

E' importante ricordare che il corpo può indicare una condizione di esaurimento mentale e fisico.



Vi interessa conoscere lo Yoga, il massaggio Ayurvedico, la riflessologia plantare e lo Shiatzu?

La proposta della giornata dedicata ad alcune forme del benessere può rappresentare l'occasione per dedicarsi del tempo, per trovare uno spazio che permetta, non solo di alleviare i disturbi associati allo stress del quotidiano, ma anche di ritrovarsi in armonia con se stessi.

“La salute dipende dall'essere in armonia con la nostra anima” Edward Bach

### Svolgimento della giornata

09.30-10.15 pratiche di yoga (gruppo)

10.30-17.30 possibilità di prenotare un trattamento tra:

Yoga passivo

Massaggio Ayurvedico

Reflessologia plantare

Shiatzu

18.15:19.00 pratiche di yoga (gruppo)

Quote di partecipazione:

Attività di yoga: € 10,00 a persona

Trattamenti individuali: € 15,00

a trattamento

