



villa astra
HISTORIC SPA HOTEL

AYURVEDA

MASSAGGIO AYURVEDA (152 MOVIMENTI) 90min/650 kn, 70min /550 kn

Massaggio indiano che crea equilibrio tra gli elementi naturali (fuoco, acqua, terra, aria e spazio) all'interno del corpo. Ha un intensivo effetto terapeutico sul corpo, la mente e lo spirito. Con ogni respiro sentirete come l'energia negativa lascia il vostro corpo e respirate energia nuova.

SHIRODARA 50min /300,00 kn , 3 trattamenti / 500 kn

Ayurveda +Shirodara 120min /700,00 kn

L'Olio caldo, che viene versato dolcemente su determinati punti della fronte, vi aiuta a raggiungere il più profondo rilassamento e di venire in contatto con il vostro subconscio. Libera dallo stress, il mal di testa, l'insonnia e il nervosismo.

SWEDANA 30min /200,00 kn

Ayurveda 70 min + Swedana 30 min/650,00 kn

Swedana è "fare il bagno" nel vapore medicinale. Quindi, un trattamento che porta alla sudorazione, e le tossine escono dal corpo con il sudore e il corpo si rilassa.

UDVARTHANA 85min / 600,00 kn

Massaggio intensivo di tutto il corpo con oli da pilling e erbe medicinali. Stimola la circolazione e il metabolismo. Rivitalizza e pulisce dalle tossine.

GARSHANA 45 min / 320,00 kn

Garshana significa "spazzolare" e aumenta la circolazione e pulisce in profondità la pelle assorbendo meglio l'olio vegetale. Stimola il metabolismo e la circolazione linfatica; è un massaggio attivo nel processo di pulizia del corpo e del dimagrimento nonché massaggio anticellulite.

CHAKRA DHARA 10min / 100,00 kn

Massaggio ayurvedico chakra dhara contiene elementi spirituali e corporali. Il gocciolare dell'olio medicinale caldo sulle zone delle chakre ovvero sui centri energetici viene utilizzato per il ringiovanimento e il bilanciamento del funzionamento delle chakre, pulizia del corpo, mente e spirito.