

CHELSEA travel L.T.D.

via Maggio 1C

6900 Lugano

+41 (0)91 976 01 00

Viaggiamo per la tua salute





È VITA

SWISS WELLNESS CENTER
LUGANO

presenta



AYURVEDA

È VITA

AYURVEDA

-Lo Stile di una Vita Sana-

LA VITA SANA

Dominus vobiscum et cum spiritu tuo

Ama tuo prossimo come te stesso

Ora et labora

In vino veritas

Ridere è sano

Senza impegno nessun regno

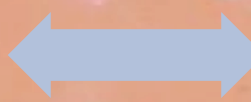
Tuo primo rimedio è la tua
alimentazione

IL TRIS nel YOGA

TANTRA

AYURVEDA

HATHA



PREGA, UT SPIRITO SANO IN CORPORE SANO EST

The background features a warm, orange-toned surface with various floral illustrations. There are blue flowers, pink buds, and a large, textured purple flower. A prominent, large, semi-transparent orange circle is positioned on the right side of the image. The text is overlaid on this background.

PREGARE

➤ HATHA - Yoga

SPIRITO SANO

➤ TANTRA – Yoga

CORPO SANO

➤ AYURVEDA - Yoga

The background is a warm, reddish-orange color. It features several stylized flowers in shades of blue, purple, and yellow, along with green leaves and thin, winding stems. A large, faint, light-colored moon is visible in the upper right quadrant. The text is centered and written in a simple, hand-drawn font.

TRI KA
TRI NITÀ
TRI DOSHA

AYURVEDA

1° TATTVA

Terra - Acqua - Fuoco - Aria - Etere

AYURVEDA

Da migliaia di anni è comprovato che il principio originario dell' Ayurveda segue la filosofia di adeguamento alle necessità dello stile di vita attuale. Chi la segue ha sempre ottenuto ottimi risultati in fatto di benessere e salute.

AYURVEDA & È VITA

AYURVEDA è VITA

Noi Europei abbiamo una mentalità e stile di vita molto diversi dagli Orientali . ÈVITA è la conseguenza di un` Ayurveda che integra la nostra vita europea nel suo concetto di medicina olistica, nel nostro cibo e nelle nostre abitudini



Come ti immagini il nostro
percorso ayurvedico?

Ecco la nostra idea:

Il tuo AYURVEDA con È VITA

Un primo incontro per riconoscersi:

- Presentazione col terapeuta; Anamnesi; Analisi della situazione e dello stato di salute secondo i principi ayurvedici; BioScan evaluation
- Trattamento ayurvedico introduttivo per prendere coscienza, entrando in contatto con le mani del terapeuta
- Proposta individuale di un ciclo di trattamenti

Durata: 90min. – Costo: 1° incontro 340.00 SFr.

I trattamenti ayurvedici con È VITA.

- Ciclo Relax – 3 incontri a 60min.
 - Ciclo Energia – 5 incontri a 60min.
 - Ciclo Rigenerazione – 7 incontri a 90min.
 - Ciclo Rivitalizzazione – 10 incontri da 60/90min.
 - Ciclo Coscienza – 12 incontri da 90 - 120min.
-
- ❖ Sedute singole su richiesta
 - ❖ Tutti i cicli possono essere scelti anche con „plus“ di 30min, per studiare una pratica di Yoga: la forma di boSco

I trattamenti



- rilassante
 - Abyangan
 - linfodrenante
 - Neerabyangam
 - energetizzante
 - Nadiabyangam
 - benestante
 - Abyangam Ayurvedico
 - antistressante
 - Shirodhara
 - rivitalizzante
 - Pinda Sweda
 - equilibrante
 - Marmabyangam
-
- Si usano solo prodotti naturali e biologici
 - La sala è bioenergeticamente purificata
 - Nella sala i telefonini non sono consentiti

Descrizione Trattamenti

- **Abyangan** è l' oleazione del corpo intero con il metodo Keralayano orientato sec. i dosha; Vatabyangam, Pittabyangam o Kaphabyanbam; effetto rilassante, durata 60 min.
- **Neerabyangam** è il linfodrenaggio ayurvedico corpo intero, durata 70 min.
- **Nadiabyangam** è il trattamento energizzante che segue manualità per stimolare la circolazione arteriosa, durata 50 min.
- **L'Abyangam Ayurvedico**, trattamento Keralayano è eseguito da due terapisti a 4 mani, simultaneamente; La sensazione di benessere è immediato e assoluto; durata 50 min.
- **Shirodhara** è il trattamento Abyangam Keralayano corpo intero da 45 min, seguito di trattamento con l'olio caldo sulla testa per 20 min e massaggio testa post trattamento per altri 10 minuti. Trattamento antistress per eccellenza; durata 90 min.
- **Pinda Sweda** è il trattamento che include l'utilizzo di sacchetti con erbe e spezie. Molto disintossicante e rivitalizzante, ottimo per dolori muscolari e articolari; durata 90 min.
- **Marmabyangam** è il trattamento Abyangam corpo intero e stimolazione dei Punti Marma, 108 punti di energia riconosciuti dall'Ayurveda; molto equilibrante dal punto di vista energetico e sottile; durata 75 min.

Significati:

- Ayurveda = il sapere della vita
- Tattva = Realtà, creato dalla tua coscienza
- Trika = insegnamento tantrico spirituale
- Tridosha = insegnamento delle costituzioni
- Abyangan = trattamento con olio



È VITA

SWISS WELLNESS CENTER
6900 LUGANO
via Maggio 1C

Info e prenotazioni:

+41 (0)91 976 01 00

evitapantarei@gmail.com

Appuntamenti su richiesta

www.evitapantarei.com