

Atividades e Terapias

Massagens Terapêuticas:

Seitai: Massagem tipicamente feita no chão e com a pessoa vestida

- Massagem Japonesa com base nos princípios da medicina oriental, e em técnicas fisioterapêuticas japonesas, estiramentos, alongamentos, para correção da estrutura e da postura corporal. Ao incidir sobre os meridianos energéticos, vai proporcionar o desbloqueio e o reequilíbrio da energia do corpo, fazendo desta massagem um método preventivo da instação das doenças.

Indicações:

- Para problemas específicos de coluna (lombalgias, dor ciática, hérnia discal, etc); - Dores e contraturas musculares; - Reequilíbrio energético dos órgãos do corpo; - falta de mobilidade motora.

Duração 70 min.

Tui-Na /Dorn- Breuss: Massagem tipicamente feita na marquesa.

- Massagem que alia as técnicas da massagem chinesa Tui-Na, com base nos princípios da medicina oriental e as técnicas osteopatas ligeiras do método alemão Dorn-Breuss, permitindo relaxamento muscular, desbloqueio e reequilíbrio dos órgãos e energia.

Indicações:

- Para problemas específicos de coluna (lombalgias, dor ciática, hérnia discal, etc); - Dores e contraturas musculares; - Alinhamento do comprimento de pernas; - insónia, enxaqueca, cefaleias (dores de cabeça).

Duração 60 min.

1 sessão: 40€ / 32€ (-20%) / **3 sessões:** 60€ /54€ (-10%)

5 sessões: 82,5 € /74,25€ (-10%) / **8 sessões:** 96€ / 80,63€ (-16%)

Massagens Relaxamento:

Massagem Bio Prânica.

- Massagem de relaxamento com técnicas de drenagem linfática, shiatsu, sacro-craniana, massagem podal e breuss, aliada ao poder terapêutico dos óleos essenciais.

Indicações:

- Para relaxamento profundo, pernas e braços cansados, reequilíbrio energético.

Duração 45 e 60 min.

1 sessão corpo inteiro: 30€ / 24€ (-20%) / **3 sessões:** 51€ /45,90€ (-10%)

1 sessão só costas: 25€ / 20€ (-20%)

Terapias Holísticas:

Reiki Quântico

- Método de despertar a cura natural do corpo por imposição de mãos e decretos de cura. O objetivo primordial é harmonizar as emoções para que o corpo da pessoa se restabeleça mais rapidamente e encontre o equilíbrio, ou seja, encontre no seu estado saudável. Estando as emoções harmonizadas, o corpo e mente, estão em Paz.

Indicações:

- É indicado para todas as situações, em especial, para equilíbrio de relacionamentos, doenças graves e prolongadas, fobias, ansiedade, depressão e stress, perda de um ente querido, sentir-se sem objetivo de vida, desnordeado, desorientado, desobsessão, limpeza

kármica, Regressão e cirurgia espiritual.

Duração 60 min - 120min.

1 sessão: 30€ / 24€ (-20%) / **4 sessões:** 56€ /50,40€ (-10%)/ **8 sessões:** 67€ /60,30€ (-10%)

Terapia com Cristais

- Terapia ancestral utilizada pelos índios da América do Norte, da América do Sul, utilizada no antigo Egito, na antiga civilização da Atlântida, os quais descobriram e utilizaram o poder de cura dos cristais. Cada cristal tem uma energia própria, cuja vibração, pode atuar desde o corpo físico passando pelos corpos emocional, mental até ao corpo espiritual do ser humano. O ser humano tem um sistema energético (composto de chakras) que capta e emana energia do meio envolvente, logo e uma vez, sendo as cores, o som, as pedras e cristais uma forma de energia, todos eles interagem com o ser humano, harmonizando as suas emoções.

Indicações:

- Limpeza, desbloqueio da energia, energização, equilíbrio e proteção da aura, auxilia nas patologias físicas e fisiológicas, além do equilíbrio emocional.

Duração 90 min.

Consiste:

1- Consulta terapêutica de Cristais: 40€ / 34€ (-15%)

2- Sessão de 90 min. sob a energia dos cristais:

1 sessão: 35€ / 29,75€ (-15%)

7 sessões: 140€ / 112€ (-20%)

3- Elixir e outras técnicas com cristais (tratamento energético de patologias físicas)

4- Aquisição de cristais pessoais para auxílio das sessões (oferta de 1 cristal na compra do pack de 7 sessões)

AULAS DE YÔGA

Inscrição: 20€

- Fica 18€ (-10%) para aulas 1xsemana = 24€ mês

- Fica 16€ (-20%) para aulas 1xsemana = 30€ mês

- Fica 12€ (-40%) para aulas 1xsemana = 35€ mês

Horários:

3ª feira e 5ª feira: 10:30

3ª e 5ª feira: 12:40 (horário dependente do número de inscritos)

2ª, 4ª e 6ª feira: 17:30

2ª, 4ª e 6ª feira: 18:30 (confirmar neste horário aulas 3x semana)