

Villa Tilla Ayurvedische Anwendungen



Die Massage nach Kusum Modak

Die Massage nach Kusum Modak lockert, mobilisiert, reinigt und entspannt den Körper mittels Einölung, Kalmuspulverpeeling, Tiefengewebsmassage und direkter Stimulation der Muskeln.

Wesentliche Teile der Massage sind aus dem Yoga entlehnte Dehnübungen.

Diese Behandlung wirkt stark entschlackend und entgiftend, Stoffwechsel anregend und Durchblutung fördernd. Sie entfernt besonders gut langjährige Einlagerungen im Gewebe und ist damit eine ideale Basis zur Wiederherstellung des körperlichen Gleichgewichts.

Ganzkörpermassage 150 Min incl. Sauna € 150 Teilkörpermassage 90 Min incl. Sauna € 90

Abhyanga - Ganzkörper - Ölmassage

Warme Öle, welche auf Ihren Konstitutionstyp abgestimmt sind, durchfluten Haut- und Muskelgewebe tief greifend und wirken entstauend und entgiftend. Die Abhyanga reduziert Nervosität, vertreibt Erschöpfung und Müdigkeit, regeneriert die Zellen, fördert gesunden Schlaf, wirkt verjüngend auf alle Organe und Gewebe, stärkt das Immunsystem.

Sie wird auch als Synchronmassage durchgeführt.

Einzel 60 Min € 70 Synchronmassage €100

Mukabhyanga - Kopf- u. Gesichtsmassage

Die ayurvedische Gesichtsmassage dient der Entspannung, Hautpflege und Beruhigung. Durch die integrierte Kopf- und Nackenmassage werden überreizte Nerven besänftigt, die Konzentrationsfähigkeit gestärkt und die gesamte Kopfhaut belebt. Im Gesicht befinden sich die meisten unserer Sinnesorgane. Durch diese Massage werden unsere Sinne geschärft und die Sehkraft gestärkt. Die indirekte Wirkung auf das Gehirn bewirkt eine Harmonisierung unserer inneren Organe. 60 Min € 60

Shirodhara - Stirnölguss

Hinter dieser sehr wirkungsvollen Technik steckt jahrtausendealte Erfahrung, welche Körper und Geist wieder in völligen Einklang mit sich und der Welt bringt.

Bei dieser Anwendung wird über einen bestimmten Zeitraum temperiertes Öl rhythmisch und sanft auf die Stirn gegossen. Ihr Geist und Ihre Sinne werden beruhigt und gekräftigt. Durch den Shirodhara-Prozeß erreichen Sie ein vollkommenes geistig/seelisches Wohlbefinden.

Einmalig € 90 Fünferreihe (5x an aufeinanderfolgenden Tagen) € 390

Garshan - Ganzkörpermassage mit Rohseidenhandschuhen

Sie fördert die Durchblutung, dadurch können Stoffwechselschlacken wirksam aus dem Gewebe abgebaut werden. Die Haut wird sanft poliert und elektrostatische Aufladungen neutralisiert. Sie fühlen sich danach gelassen und wohliger gespannt. Die Garshanmassage ist sehr wirkungsvoll bei Cellulitis, Übergewicht, niedrigem Blutdruck und Kreislaufbeschwerden.

60 Min € 60

Villa Tilla Signat 195 39054 Signat/Ritten/BZ ☐ +39 0471 365592

☐ Karin +39 338 998 5138 ☐ Khalad +39 328 181 0737

☐ villatilla@live.it www.villa-tilla.de