

MASSAGGIO OLISTICO

Riequilibrio delle energie fisiche e mentali. Stimolazione circolatoria, linfatica, tonicità muscolare. Un trattamento personalizzato che utilizzando differenti tecniche di manipolazione e oli aromatici della Sardegna, dona un benessere completo.

30 min. 40 euro 60 min. 60 euro 90 min. 90 euro

MASSAGGIO AYURVEDICO

Dolci e avvolgenti manovre di scivolamento su tutto il corpo per nutrire e disintossicare la pelle preparandola ai bagni di sole o per lenire i rossori dopo l'esposizione,utilizzando purissimi oli essenziali e vegetali.

60 min. 70 euro

MASSAGGIO THAI

Profonde compressioni e digitopressioni, allungamenti. Agisce sul sistema osteomuscolare e sblocca le articolazioni, migliora la circolazione dei liquidi del corpo e riequilibra l'energia dei meridiani. Il massaggio si svolge indossando abbigliamento comodo.

90 min. 90 euro

MASSAGGIO TIBETANO ANTISTRESS

Rinascere attraverso un massaggio distensivo e riposante su tutto il corpo, seguito da rilassamento profondo e riequilibrio energetico al dolce suono della campana tibetana.

60 min. 60 euro

RIFLESSOLOGIA DEL PIEDE

Attraverso profonde pressioni dei punti riflessi, stimola gli organi e ripristina l'equilibrio dei meridiani energetici.

45 min. 50 euro

MASSAGGIO AMMA'

Efficace antistress, elimina la stanchezza, riduce la tensione muscolare di cervicali, spalle e schiena. Si pratica su una apposita sedia che permette il massimo relax.

20 min. 22 euro

Gli oli essenziali e vegetali sono esclusivamente biologici. Le piante sono raccolte e lavorate in Sardegna.

Per informazioni e prenotazioni vi invitiamo a contattare la reception 070 923 0555

HOLISTIC MASSAGE

Restores physical and mental energy. Enhances blood and lymphatic circulation and muscle tone. Tailored treatment performed using various manipulation techniques and Sardinian aromatic oils to convey a sensation of total wellbeing.

30 min. 40 Euros 60 min. 60 Euros 90 min. 90 Euros

AYURVEDIC MASSAGE

Soft massage strokes applied using essential and vegetable oils throughout the whole body to nourish and detoxify skin in preparation for sunbathing or to calm sunburn.

60 min. 70 Euros

THAI MASSAGE

Deep compressions, finger pressure, and stretching. By acting on the osteomuscular system it eases stiff joints, enhances circulation of body fluids and rebalances energy meridians. Loose clothing should be worn during the massage.

90 min. 90 Euros

TIBETAN ANTISTRESS MASSAGE

A soothing, calming massage to revive the entire body, producing deep relaxation and rebalanced energy to the melodic chiming of a Tibetan bell.

60 min. 60 Euros

RIFLESSOLOGIA DEL PIEDE

Through application of deep pressure on reflex points, this massage stimulates body organs and restores the balance of energy meridians.

45 min. 50 Euros

AMMA' MASSAGE

Effective antistress massage to ease fatigue, and reduce muscular tension of the neck, shoulders and back. Performed in a sitting position on a special chair designed to afford maximum relaxation.

20 min. 22 Euros

All essential and vegetable oils are of pure biological origin. Plants are harvested and processed in Sardinia.

For info and bookings please contact Reception +39 070 923 0555