

TALLER “MASSATGE AYURVEDA MUKHA ABHYANGA” (facial)



Ayurveda prové de les arrels en sànscrit AYUR que significa vida i VEDA coneixement (o sigui que és coneixement o saviesa de vida), es remunta a les “Vedes” i es basa en l'observació i comprensió de la natura per millorar l'estil de vida.

Ayurveda defineix la vida humana com un conjunt, per això és un sistema holístic que comprèn el cos (SHARIRA), la ment (MANAS), els sentits (INDRIYA) i l'esperit (ATMA), per tant no es considera només una medicina sinó que persegueix la superació del desig, l'alliberament del cicle d'acció i reacció, de la tristesa i la felicitat.

Per tant Ayurveda es dedica especialment a la cura del cos i la ment, però com a part d'un treball necessari per al desenvolupament espiritual.

En la medicina tradicional de l'Índia (AYURVEDA), el **Massatge Facial MUKHA ABHYANGA** té una immensa capacitat terapèutica. A més de nodrir la pell, relaxar els músculs de la cara i ralentitzar el procés d'envelliment, toca punts “Marmas” que són punts subtils, energètics i secrets que el fan diferent de la resta de massatges.

Cada dit té una informació i energia diferent, és a dir, tocant diferents àrees ajuda a millorar la circulació, a més de tonificar, i així la nostra pell es veurà més brillant, fresca i saludable.



Ekilibra't!

REALITZAT PER: Mònica
Perego

DATA:

- Dissabte 21 de Desembre

HORARI: de 10h a 13h

Preu: 50€

Reserva la teva plaça a :

Telèfon: 629479946

Mail: info@ekilibrat.net

Realitzat regularment, evita l'aparició d'arrugues, suavitza i dóna una major fermesa a la pell.

Com és un sistema holístic, també aconseguim un canvi mental, físic o emocional, eliminant les toxines facials (AMA) i ajudant a eliminar-les, deixant una pell amb una lluminositat especial.

El taller consta de:

PART TEÒRICA:

- Introducció a l'Ayurveda
- Teoria dels cinc elements
- Teoria dels Doshas
- Prakruti/Vikruti

PART PRÀCTICA:

- Massatge seqüències i moviments
- Utilització de diferents olis vegetals medicats
- Utilització de cremes amb extractes de herbes Rasayanas