

TALLER MASSATGE AYURVEDA DE PINDES SWEDANA



El massatge és un art utilitzat des de temps antics a l'Índia per curar, relaxar i tractar diverses malalties.

L'acció manual pot provocar canvis espectaculars en el cos i en la ment.

El massatge ayurvèdic té molts avantatges sobre qualsevol altre sistema oriental o modern de massatge ja que es realitza en raó de la constitució, l'edat, la fase de la malaltia, els "doshas", l'estat del "agni" i el "ama" d'aquesta manera es trien els olis medicats, les herbes medicinals, els olis essencials amb els quals es poden aconseguir resultats sorprenents.

Un d'aquests massatges específics és l'anomenat PINDES Swedana.

Pinda significa "sac o recipient" i **Swedana** significa "calent". El massatge Ayurvèdic amb Pindes es realitza a tot el cos amb saquets de tela calents compostos d'arròs, diferents herbes aromàtiques, substàncies naturals i olis essencials depenent de cada patologia.

Aquest massatge alleuja molèsties i dolors, desintoxica la pell i l'organisme, relaxa el cos i la ment i s'absorbeixen les propietats de les plantes medicinals utilitzades.

Aquests saquets o pindes s'escalfen al vapor i s'utilitza com a eina per realitzar el massatge, efectuant pressions en diferents llocs.



Ekilibra't!

REALITZAT PER: Mònica
Perego

DATA:

- Dissabte 15 de Febrer

HORARI: de 10h a 14h

Preu: 60€

Reserva la teva plaça a :

Telèfon: 629479946

Mail: info@ekilibrat.net

Amb aquestes pressions s'aconsegueixen dos efectes, l'efecte del massatge, al tractar el cos, i l'efecte de l'aromateràpia, a causa de les olors que emanen els elements introduïts en les Pindes.

Un massatge amb Pindes aportarà una acció hidratant i desintoxicant per a la pell i a més aportarà a l'organisme una profunda relaxació, millorant, sobretot, l'estrès, l'insomni i els problemes reumàtics.

Indicacions:

- Ansietat
- Artritis
- Cansament
- Contractures
- Depressió
- Estrès
- Inflamació intestinal
- Inflamacions
- Insomni
- Reuma

El taller consta de:

PART TEÒRICA:

- Principis bàsics de l'Ayurveda
- Teoria dels 5 elements
- Teoria dels Doshas
- Prakruti / Vikruti

PART PRÀCTICA:

- Seqüències i moviments del massatge
- Utilització de diferents olis vegetals medicats i herbes medicinals