

# Le NINFE



---

## *Il nostro Menù Massaggi*

Rilassati, ci prenderemo cura di te.





*Più massaggio. più benessere.  
più salute.*

---

E' scienza antica quanto la storia dell'uomo, cultura di civiltà, un percorso conoscitivo di 5.000 anni. Ma qual'è il segreto alla base di una tecnica che da sempre è un successo?

La risposta, ricca di contenuto, è semplice:  
il massaggio funziona.

## Massaggio Riflessogeno Plantare

Il trattamento ha una durata di **45 min.** • **€ 35**

La Riflessologia Plantare è un trattamento eseguito secondo il metodo della Medicina Tradizionale Cinese e si basa sui concetti di riflessologia ed energia.

Il principio base è quello secondo cui sulla pianta del piede si riflette su ogni altra parte del nostro organismo e, pertanto, ogni tipo di stimolazione su una parte del piede si andrà a riflettere sull'organo ad essa collegato.

### I BENEFICI:

La riflessologia può essere utile per lo stress, mal di schiena, cervicalgie, stitichezza, cefalea, sciatalgia, difficoltà digestive, ansia, stanchezza cronica, disturbi della menopausa. Non presenta nessuna controindicazione ed è un toccasana per il tuo benessere.



## Trattamento con Campane Tibetane

Il trattamento ha una durata di **45 min.** • **€ 35**

Il massaggio sonoro viene effettuato con le campane tibetane ed i loro suoni armonici. Attraverso il contatto con la campana, posizionata in particolari punti del corpo, si percepiscono delle vibrazioni che attraversano ed accarezzano tutto il corpo dalla testa ai piedi, organi ed ossa compresi. I suoni prodotti riescono ad armonizzare i vari livelli del corpo, aiutano a ritrovare il benessere ed a recuperare lo stress.

### I BENEFICI:

Garantisce un rilassamento profondo e totale dell'organismo. I principali vantaggi sono: stimolare l'energia vitale, favorire il rilassamento, combattere l'insonnia, migliorare la concentrazione, sincronizzare gli emisferi cerebrali, migliorare la respirazione.



## Lomi-Lomi Massage

Il trattamento ha una durata di **75 min.** • € 60

“Lomi” significa “massaggio” e “Lomi-Lomi” è una delle forme più profonde di massaggio, tramandato da guaritori maestri delle Hawaii. Chiamato “Massaggio dell’Anima” o “Massaggio Hawaiano”, simula il movimento delle onde dell’oceano. Viene eseguito con movimenti lunghi e ritmici su viso e corpo con l’utilizzo degli avambracci e delle mani. Questo massaggio può essere lento e molto rilassante, ma anche più veloce e tonificante; possono essere massaggiate contemporaneamente due parti del corpo, affinché sia difficile per il cervello concentrarsi su due aree diverse in una volta sola, favorendo un senso di equilibrio e di armonia. Nel Lomi-Lomi è sì importante la tecnica, ma la priorità è amare il corpo utilizzando l’intuizione in modo che il massaggio sia “giusto” per il ricevente: per questo non ci saranno mai due Lomi-Lomi identici.

### I BENEFICI:

Distende la muscolatura, scioglie le articolazioni, tonifica e favorisce la circolazione.



## Skin Brush Therapy

Il trattamento ha una durata di **60 min.** • € 45

Un'esperienza tonificante che inizia con il frizionamento della pelle con spazzole di saggina naturale e prosegue con il massaggio dei punti vitali di viso, corpo e cuoio capelluto con olii vegetali ed olio essenziale di zenzero.

Uno stimolo intelligente per un'efficace pulizia della pelle e del sistema linfatico.

### I BENEFICI:

Rivitalizza la microcircolazione, migliora le difese immunitarie, stimola il drenaggio. Efficace nel modellamento e nella tonificazione del tessuto. Dona vitalità ed energia per tutta la giornata, favorisce il sonno.



# Hot Stone Massage

Il trattamento è di circa **90 min. con rituale energetico • € 70**  
**60 min. senza rituale energetico • € 50**

Fin dalla notte dei tempi, civiltà e culture millenarie si sono sempre affidate alle pietre per scopi medicinali e per riequilibrare Chakra distonici o intervenire su vibrazioni di energia negativa. E il fuoco, e il calore in generale, sono da sempre preziosi alleati anche per fini terapeutici. Combinare questi elementi insieme dà vita all'Hot Stone Massage.

Prima di iniziare con la seduta vera e propria, il corpo viene cosperso e massaggiato con olii profumati, mentre delle pietre nere di origine vulcanica vengono riscaldate e preparate affinché possano trattenere a lungo il calore e lo rilascino in maniera graduale e delicata.

Oltre che su parti doloranti o malate, le pietre possono essere, secondo la concezione olistica, appoggiate direttamente sui Chakra, per migliorare il flusso di energia all'interno del corpo. Considerati come ruote o porte di energia, i principali Chakra sono sette. "Risintonizzare" un Chakra influenza il flusso di energia ed influisce su particolari stati d'animo a cui lo specifico Chakra è correlato.

## I BENEFICI:

Grazie a questo massaggio il paziente riesce a raggiungere uno stato di benessere totale e di rilassamento profondo. A livello psicologico i benefici sono davvero eccezionali.

Allo stesso modo L'Hot Stone Massage può aiutare a risolvere disturbi fisici e malesseri. Il calore delle pietre, infatti, favorisce la vasodilatazione e stimola la produzione di collagene, con effetti benefici sulla pelle e sui tessuti.

Grazie all'aumento della temperatura corporea i muscoli si rilassano e tutte le tensioni vengono sciolte. Durante il trattamento vi è la riattivazione dei sette Chakra attraverso i cristalli che vengono posizionati assieme alle pietre lungo i sette punti più energetici del nostro corpo.



## Massaggio Indiano con tamponi di Erbe ed Olio caldo

Il trattamento ha una durata di **75 min.** • € 60

Massaggio dalle lontane ed antiche origini indiane; viene effettuato con tamponi caldi ripieni di un mix di erbe aromatiche e spezie. Grazie a questi sacchetti si ottiene una vera e propria terapia di purificazione: viene stimolata la circolazione sia linfatica che sanguigna favorendo l'interscambio osmotico. L'olio caldo di sesamo e la stimolazione olfattiva delle erbe donano un'idratazione intensa e un senso di completo benessere.



## Trattamento Gourmandise

Il trattamento ha una durata di **60 min.** • € 55

Un trattamento coccola per il tuo corpo, un'esfoliazione dolce accompagnata da massaggio con una candela aromatizzata che, sciogliendosi, si trasforma in un prezioso olio. Per una pelle meravigliosamente nutrita, per un corpo più tonico e liscio.



# Linfodrenaggio

Il trattamento si svolge a zone e può variare **dai 15 ai 75 min.** • **per 60 min. € 45**

Il Linfodrenaggio manuale è riconosciuto come il metodo più efficace contro edemi, stasi linfatiche, cefalee, occhiaie e in genere tutti quei gonfiori provocati da un'insufficiente sistema di drenaggio. È una tecnica naturale utilizzata sia in estetica che in terapia.

Si tratta di una tecnica particolare in quanto l'operatrice esegue dei tocchi molto leggeri che hanno lo scopo di "incanalare" la linfa nella direzione di deflusso, stimolando inoltre le stazioni linfonodali.

## I BENEFICI:

Effetto antiedematoso: elimina le stasi di liquidi interstiziali, cause di gonfiori;

Effetto cicatrizzante: favorisce il processo di cicatrizzazione in quanto la linfa fresca è ricca di cellule ricostruttrici;

Effetto immunizzante: favorisce l'aumento delle difese immunitarie attraverso il potere fagocitario della linfa;

Effetto rigenerante: contribuisce a nutrire meglio i tessuti ed è in grado di restituire l'equilibrio idrico alle zone disidratate;

Effetto rilassante: essendo molto lento e ritmato, produce un effetto rilassante sia sui singoli muscoli che sull'organismo in generale;

Effetto stimolante a livello della microcircolazione: stimola il passaggio della linfa nei vasi linfatici ed è in grado di aumentare la capacità contrattile di ogni vaso.

Indicato per ematomi, distorsioni con ematoma, lussazioni delle articolazioni, fratture, cicatrici e ferite causate anche da interventi chirurgici, cervicalgie, lombalgie, stitichezza, emicranie etc.



# Massaggio Sportivo

Può durare da mezz'ora ad un'ora circa, in base alla gravità della contrattura stessa e all'estensione della zona da trattare.

**30 min. • € 25**

**60 min. • € 45**

Generalmente il massaggio è mirato alla contrattura specifica, quindi è localizzato in una ben determinata parte del corpo, come le gambe e la schiena.

L'obiettivo dell'intervento è quello di cercare di riportare il tono dei muscoli ad un livello normale, trattando la contrattura con manovre specifiche come pressioni e sfregamenti. Proprio grazie a queste procedure si arriva allo scioglimento della contrattura, oltre alla riattivazione di molti centri nervosi e all'ossigenazione di tutto il corpo, favorendo anche l'eliminazione delle tossine.

La contrattura non è causata solamente da sforzi o movimenti sbagliati, ma anche da una cattiva postura, che ripetuta nel tempo può causare irrigidimento e compensazioni.

La cosa importante da sapere è che un massaggio decontratturante non può eliminare tutte le contratture presenti nel corpo in un'ora. Infatti, soprattutto per quanto riguarda i problemi cronici, il suggerimento è quello di sottoporsi a dei cicli di massaggio abbinati ad esercizi generici di postura ed utilizzo di tecniche di rilassamento.



# Massaggio Mio-Fasciale

---

30 min. • € 25

60 min. • € 45

Importato dagli Stati Uniti il massaggio mio-fasciale è una tecnica manuale che non lavora sui muscoli ma letteralmente tra i muscoli.

Parliamo quindi di una tecnica di manipolazione della fascia muscolare-connettivale che nasce dallo scopo di modificare e "riorganizzare" essenzialmente il sistema mio-fasciale agendo sulle strutture neuro muscolari, articolari e connettivali.

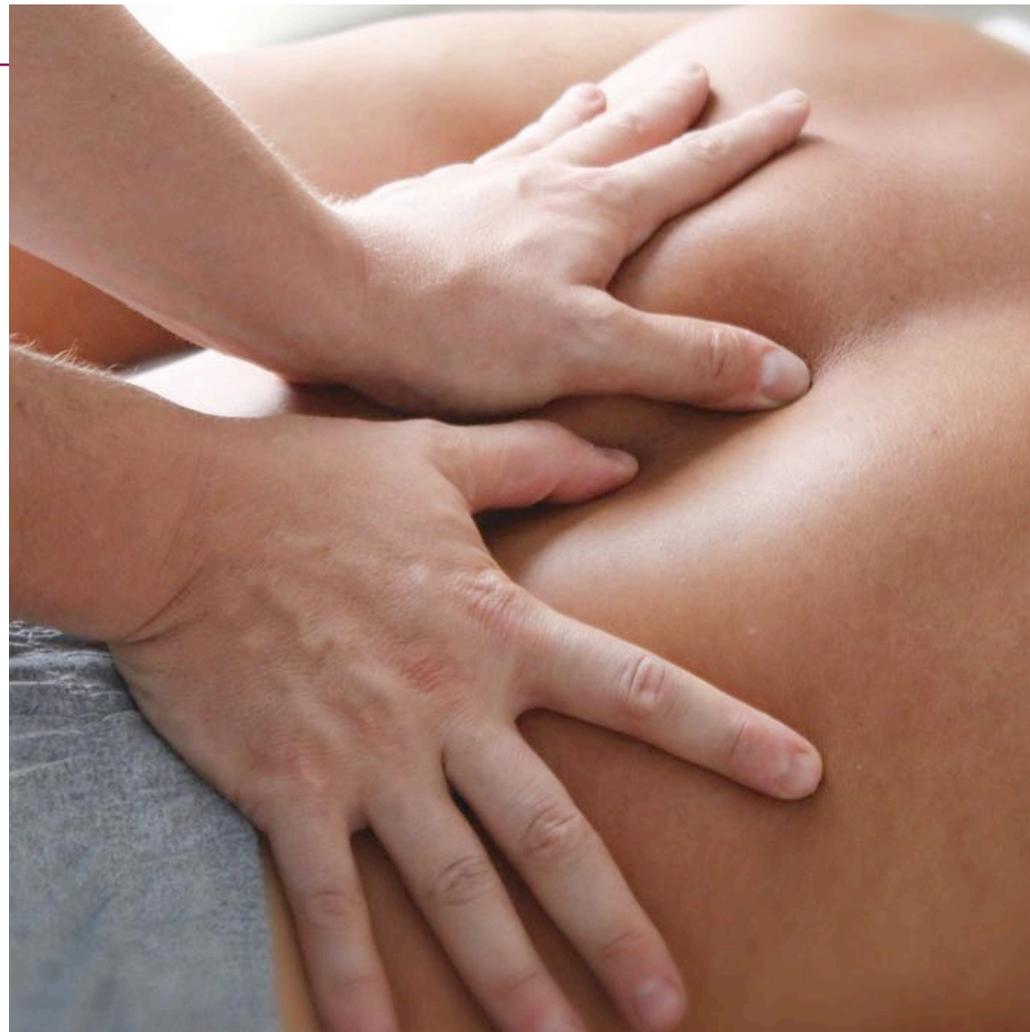
Per posizioni lavorative particolari, stress o traumi, la maggior parte degli individui assume posture non armoniche, irrigidendosi e creando contratture che modificano la corretta postura.

## I BENEFICI:

In generale, questo massaggio ha un'azione molto profonda sull'organismo, chiamando in causa anche il sistema vegetativo producendo un profondo rilassamento del sistema nervoso.

Per questo motivo spesso è efficace anche nel mal di testa mio-tensivo e nelle problematiche circolatorie locali migliorando il deflusso venoso e linfatico.

Il mio-fasciale è utile e benefico anche per gli sportivi, dal momento che supporta i muscoli allenati riducendo le rigidità e gli infortuni.



## Cranial Massage

Il trattamento ha una durata di **40 min.** • **€ 35**

Tecnica di natura olistica anti-stress, viene praticato con leggerissime manipolazioni sulle ossa del cranio e su tutta la colonna vertebrale.

### I BENEFICI:

Con l'aiuto della respirazione è in grado di migliorare dolori cervicali e posturali.



## Bamboo Massage

Massaggio corpo **60 min.** • **€ 90**  
Massaggio viso+corpo **60 min.** • **€ 120**

Per trasferire la forza energetica ed incomparabile del Bamboo, per rivitalizzare la pelle e nutrire lo spirito, *Salin De Biosel* propone un "Rituale nella foresta di Bamboo".

Questo rituale offre intense emozioni sensoriali: lo spirito si abbandona sulle note di un'originale composizione musicale e la pelle, impregnata di latte ed olio vegetale, si prepara a ricevere un vigoroso massaggio con le canne di bamboo che scivolano, rotolano e stirano i muscoli ridisegnando la silhouette.

Il corpo riceve delle eccezionali sensazioni di benessere e leggerezza; lo spirito ritrova una straordinaria vitalità.



# Massaggio Californiano

Il trattamento ha una durata circa di **70 min.** • € 60

Il massaggio Californiano è nato per lo sviluppo di una serie di terapie che predicavano la liberazione del corpo, l'espressione dei sentimenti e l'equilibrio globale della persona. L'operatrice si serve di un olio che permette di rendere i gesti più scorrevoli e rilassanti. La sua tecnica consiste nell'avvolgere e modellare il corpo nella sua totalità, alternando movimenti fluidi, leggeri o più profondi. Si tratta di gesti lenti, dolci e ampi.

## I BENEFICI:

Il massaggio Californiano è rivolto soprattutto a chi cerca un momento di vero relax, a coloro che hanno voglia di abbandonarsi e ritrovare l'armonia con il proprio corpo.

Grazie alla sua dolcezza che risveglia i sensi, questo tipo di massaggio favorisce un rilassamento che giova soprattutto alle persone stressate e sovraffaticate.

Inoltre ha un'azione tonica sulla pelle, scioglie le tensioni muscolari e stimola la circolazione sanguigna e linfatica; calma il sistema nervoso trasmettendo energia positiva al cliente, cercando di riequilibrare la sua unità psico-fisica.



# Soft Touch Massage

Il trattamento ha una durata di **60 min.** • **€ 50**

Unico nel suo genere, il massaggio effettuato con i pennelli ha antiche origini orientali e ha il potere di rilassare il corpo e donare piacevoli sensazioni.

Il trattamento viene suddiviso in due fasi:

La prima prevede l'utilizzo di pennelli in setole morbide e naturali, di dimensioni diverse in base alla zona da trattare: il corpo viene massaggiato interamente dai piedi fino al viso, senza utilizzare né olii né creme; si parte dalla base dei piedi per salire con circuiti chiusi, realizzati tramite combinazioni di diversi tipi di movimento.

La seconda fase del trattamento prevede un massaggio manuale con olii essenziali, per donare al corpo una piacevole sensazione di totale benessere.

## I BENEFICI:

Apporta benefici sia dal punto di vista emotivo che fisico ed estetico.

E' considerato un trattamento drenante che riattiva la circolazione e riossigena i tessuti; stimolando la rete linfatica più superficiale, i pennelli favoriscono l'eliminazione dei liquidi e delle tossine, offrendo sensazioni di benessere che si traducono in un effetto anti-stress.





## *I Massaggi Classici*

---

MASSAGGIO BENESSERE CORPO	60 min. • € 45
MASSAGGIO CIRCOLATORIO GAMBE	30 min. • € 25
MASSAGGIO DEFATICANTE SCHIENA	30 min. • € 25
MASSAGGIO MODELLANTE GLUTEI	30 min. • € 25
MASSAGGIO ADDOMINALE	30 min. • € 25

**ABBONAMENTO 5 SEDUTE**  
**+ 1 IN OMAGGIO**