Trattamenti olistici

Holistic treatments



TRATTAMENTI EFFETTUATI DA
TREATMENS BY

integra
ACCADEMIA

THAI YOGA MASSAGE - 60' €220

Un trattamento profondo che lavora sulle linee energetiche e sulla mobilità articolare attraverso pressioni, allungamenti e respirazione guidata. Favorisce il rilassamento, migliora la flessibilità e dona una sensazione di equilibrio e leggerezza. Il trattamento viene eseguito su futon a terra, con abbigliamento comodo.

MASSAGGIO AYURVEDICO ABHYANGA - 60' €190

Un rituale avvolgente che coinvolge tutto il corpo, dalla testa ai piedi, realizzato con oli vegetali selezionati. Il trattamento nutre in profondità, favorisce il rilassamento e contribuisce a ristabilire armonia ed energia.

MASSAGGIO CON FIORI DI BACH - 60' €190

Un trattamento delicato che combina il tocco manuale con l'utilizzo di essenze floreali selezionate.
Ideale per favorire il rilassamento e accompagnare momenti di riequilibrio emotivo.

RIFLESSOLOGIA PLANTARE - 50' €190

Tecnica che stimola specifici punti del piede collegati alle diverse aree del corpo. Favorisce il rilassamento generale e contribuisce a ristabilire equilibrio e benessere.

TRATTAMENTO OIL-SHIATSU - 50' €190

Un trattamento eseguito a terra che combina pressioni e allungamenti lungo i meridiani energetici. L'utilizzo di oli naturali, quando necessario, contribuisce a favorire il rilassamento e il riequilibrio del corpo.

THAI YOGA MASSAGE - 60' €220

A deep treatment that works on energy lines and joint mobility through pressure, stretching and guided breathing. It promotes relaxation, improves flexibility and restores a sense of balance.
The treatment is performed on a futon on the floor with comfortable clothing.

AYURVEDIC ABHYANGA MASSAGE - 60' €190

A full-body ritual performed with selected natural oils.
It deeply nourishes the body, promotes relaxation and helps restore harmony and vitality.

BACH FLOWER MASSAGE - 60' €190

A gentle treatment combining manual techniques with selected flower essences. Ideal for relaxation and emotional balance.

FOOT REFLEXOLOGY - 50' €190

A technique that stimulates specific points on the feet connected to different areas of the body. It promotes overall relaxation and well-being.

OIL-SHIATSU TREATMENT - 50' €190

A floor-based treatment combining pressure and stretching along energy meridians.
Natural oils may be used to enhance relaxation and balance.

MASSAGGIO RITUALE A 4 MANI - 60' €290

Un’esperienza esclusiva eseguita da due operatori in perfetta sincronia. Il trattamento favorisce un rilassamento profondo, migliora la percezione corporea e dona una sensazione di totale armonia.

GLISSAGE - LIFTING NATURALE CORPO & VISO - 70' €230

Un trattamento manuale che agisce su viso, testa, collo e respirazione, favorendo il rilascio delle tensioni profonde. Il viso appare disteso e luminoso, mentre la mente si alleggerisce. Il trattamento si conclude con l’applicazione di pietre calde.

SOUND BATH – BAGNO SONORO VIBRAZIONALE - 60'

Individuale: €190
Coppia: €350

Un’esperienza immersiva attraverso suoni e vibrazioni di strumenti armonici che accompagnano il corpo in uno stato di profondo rilassamento.

SESSIONI PRIVATE DI YOGA - 60'

Individuale: €90
Coppia: €150

Una pratica personalizzata che combina movimento, respirazione consapevole e rilascio delle tensioni. Favorisce mobilità, equilibrio e benessere generale.

FOUR-HANDS RITUAL MASSAGE - 60' — €290

An exclusive experience performed by two therapists in perfect harmony. It induces deep relaxation and a complete sense of well-being.

GLISSAGE - NATURAL LIFTING BODY & MIND - 70' — €230

A treatment focusing on face, head, neck and breathing, releasing deep tension. The face appears smoother and brighter while the mind relaxes.

SOUND BATH – VIBRATIONAL SOUND EXPERIENCE - 60'

Individual: €190
Couple: €350



An immersive sound journey using harmonic instruments that guides the body into deep relaxation.

PRIVATE YOGA SESSIONS - 60'

Individual: €90
Couple: €150

A personalized practice combining movement, breathing and relaxation techniques to improve mobility and overall well-being.

TERMINI E CONDIZIONI

Per **trattamenti mattutini** (8:00-15:00) **cancellazioni e modifiche** sono **gratuite fino alle ore 17:00 del giorno prima**, orario dopo il quale viene applicata una penale del 50% per trattamento.

Per **trattamenti pomeridiani** (15:00–20:00) **cancellazioni e modifiche** sono **gratuite fino alle ore 9:00 del giorno stesso**, orario dopo il quale viene applicata una penale del 50% per trattamento.

Per **cancellazioni 1 ora prima** dell'appuntamento viene applicata una **penale del 100%** per trattamento.



TERMS & CONDITIONS

Morning treatments (8:00 am - 3:00 pm): **Cancellations or changes** are **free of charge until 5:00 p.m. the day before**. After this deadline, a 50% cancellation fee per treatment will be charged.

Afternoon treatments (3:00 pm. - 9:00 pm): **cancellations or changes** are **free of charge until 9:00 am on the day of the appointment**, after which a 50% fee will be charged.

For **cancellations made less than one hour before** the appointment, the **full 100% fee** will be charged.

