

Massaggio Tailandese: decontratturante usa pressioni, stretching, digitopressioni e mobilizza le articolazione.
(75 min) € 69,00

I Rituali per il tuo benessere:

Massaggio al sale: rituale viso e corpo scrub caldo e avvolgente sgonfiante che riattiva la circolazione, il Sale del Mar Morto e gli oli essenziali levigano la pelle del corpo. (50 min) € 49,00

Salt Himalaian Stone: rituale dell'Himalaia, pietre calde al sale rosa e impacco di cristalli in un'esperienza che toglie elettrostaticità, negatività e dona sollievo a tutto il corpo.
(75 min) € 79,00

Sacred Nature: rituale bio-naturale viso e corpo all'inebriante aromaterapia dei fiori d'arancio, avanzata protezione nutriente antiox del DNA. (75 min) € 79,00

Sahara Dream: bagno di vapore con rituale Hamman con spugne Sapone di Aleppo e massaggio olio di Argan per rendere la tua pelle setosa. (75 min) € 79,00

Fango massage: rituale con fango caldo specifico in Talassoterapia / alla Torba / detox Fango Alpino abbinato a massaggio specifico total body viso e corpo. (75 min) € 79,00

Pepper treatment: rituale al pepe aromaterapeutico per eliminare la cellulite e lo stress total body - scrub + avvolgimento + massaggio (80 min) € 85,00

Gli accessori indispensabili specifici:

Scrub termale corpo: levigante per il corpo agli Oligoelementi Termali e bacche di Gogj (30 min) € 35,00

Fango localizzato in una zona del corpo: riducenti, drenanti, antinfiammatori (20 min) € 29,00

Bendaggi criotonici, riducenti, salini, drenanti, anticellulite: tempo di posa (20 min) € 35,00

Krioplast e Lipofit ventre piatto: trattamento intensivo specifico localizzato pancia in abbinamento posa con altri trattamenti (40 min) € 45,00

Shirodara: metodo ayurvedico colata di olio caldo sul terzo occhio con massaggio craniale, mitiga ansia, stress, tensioni, mali di testa (40 min) € 45,00

Swedana: bagno di vapore con aromaterapia da effettuare prima o dopo un trattamento o massaggio, purificante e detossinante, apre i pori e scioglie le tensioni (20 min) € 25,00



Ashram nasce dall'amore e dalla continua cura e passione infusa ogni giorno dalla sua titolare Michela che da **16 anni** porta avanti il progetto **"tempio del benessere"**. Il Centro Ashram si avvale di uno staff di eccellenza e di validi **professionisti** specializzati del settore al servizio per ogni Vostra esigenza.



Si riceve su appuntamento
dal lunedì al venerdì: dalle 9.00 alle 19.00
sabato: dalle 9.00 alle 14.00

Gli appuntamenti non disdetti con un preavviso di almeno 24 ore, verranno addebitati.

a due passi
da piazza Goldeni!

via Carducci 30 - Trieste
tel 040 5199715

ashram.iltempio@yahoo.it
www.centroesteticoashram.com

Seguici su e Ashram Il Tempio Del Benessere
e clicca "mi piace" per scoprire le **OFFERTE MENSILI**

#ASHRAMADEVITHLOVE #ASHRAMURBANRELAX



Ad Ashram si respira aria
di benessere e bellezza...

Il centro unisce la professionalità e la cura dello **Studio Estetico**, dei suoi trattamenti, i suoi rituali del benessere e le tecnologie più all'avanguardia

allo **Studio Naturopatico** specializzato in soluzioni preventive e integrative del benessere come l'iridologia energetica, la riflessologia plantare e la tecnica cranio sacrale per riconoscere il terreno costituzionale e mantenere un equilibrio psico - fisico funzionale.



MASSAGGI E TRATTAMENTI CORPO

I massaggi manuali: drenante linfatico / decontratturante / sportivo / articolare / in gravidanza, sono eseguiti con creme e oli naturali biologici.
(30 min) € 29,00
(50 min) € 45,00

Tutti i gusti per la tua pelle ... assaggiati tutti...

I principi attivi polisensoriali di alta qualità da scegliere per idratare in profondità e stimolare le endorfine Massaggio Yogurt / Massaggio Cioccolato / Massaggio Miele / Massaggio Monoi di Tiarè / Massaggio Burro di Karité / Massaggio Cocco.
(50 min) € 59,00

Gli stili per il tuo benessere ... tecniche eseguite con maestria tutte da provare ... da quale iniziare?

Massaggio Californiano: psicosomatico nuvola-relax che riconosce i confini del tuo corpo per congiungere la parte alta alla parte bassa di "Noi". (50 min) € 49,00

Massaggio Lomi-lomi: di ispirazione hawaiana dimezza le tensioni fisiche, muscolari ed emotive che spesso si manifestano sotto forma di contrattura muscolare che questo massaggio va a sciogliere.
(50 min) € 49,00

Massaggio AyurAshram: vedico olistico armonizzante che tratta i marma del corpo e il riequilibrio dei dosha.
(50 min) € 49,00

Bamboo massage: drenante, scioglie le tensioni effettuato canne da bamboo, olio bamboo ricco di silicio.
(50 min) € 59,00

Massaggio con Campane Tibetane: con olii accompagnato dal suono che vibra attraverso il liquido corporeo drena in profondità e riattiva la vibrazione e la funzione cellulare.
(50 min) € 59,00

Tranquillity massage: puro relax in aromaterapia, il rituale del sonno in un particolare massaggio con i pennelli.
(50 min) € 59,00

Massaggio Tibet: con olii e fagottini di sale olii essenziali e pietre tibetane intensa leggerezza dalla testa ai piedi.
(50 min) € 65,00

Hot stone massage: relax profondo decontratturante muscolare, effettuato con olii e pietre vulcaniche basaltiche levigate dal mare.
(75 min) € 69,00

Erbal stamp: con olii caldi e erbe officinali contenute nei fagottini sistema depurativo decontratturante riequilibra il corpo e lo riassetta in profondità. (75 min) € 75,00