NICOLE PRASS-ANTON

Mantra Flow Massage	90 min	CHF 275

Si immerga in una fusione unica di vari elementi del massaggio olistico, accompagnati da unità di movimento dolce e tecniche di mobilitazione derivate dallo yoga. Durante questo massaggio unico, sarete accompagnati da una serie di potenti mantra. Nicole canta attivamente alcuni di questi mantra, mentre altri vengono suonati dolcemente in sottofondo come musica rilassante.

Nian Massage	90 min	CHF 275

Vengono utilizzate ciotole per il canto, pietre calde, elementi dello yoga e della filosofia ayurvedica e le delicate tecniche del massaggio hawaiano Lomi Lomi. Il risultato è un'esperienza unica che immerge in uno stato di rilassamento ed energia. Le parole non possono esprimere ciò che questo massaggio può fare.

Chill Out Massage	60 min	CHF 185
	90 min	CHF 275

Le energie degli elementi luce, aria, acqua e terra si riflettono nella musica appositamente composta e negli stili di massaggio corrispondenti dell'Estremo Oriente. Il massaggio viene eseguito al ritmo di dolci battiti e suoni sferici.

Lomi Lomi Massage	60 min	CHF 185
	90 min	CHF 275

Un programma di coccole per tutti i sensi, considerato un trattamento curativo alle Hawaii. Accompagno questo massaggio con autentici rituali hawaiani, musica hawaiana e il mio canto. Viene eseguito principalmente per facilitare il passaggio a nuove fasi della vita. Il massaggio è quindi particolarmente indicato per i cambiamenti futuri, i desideri, i compleanni o prima di un matrimonio. Olio profumato e caldo, ritmi e prese hawaiane che attraversano tutto il corpo dalla testa ai piedi come dolci onde. La mobilizzazione e l'allungamento delle articolazioni ricordano i movimenti leggeri e gioiosi della danza hula.

Massaggio individuale	60 min	CHF 185
	90 min	CHF 275
Fisioterapia	60 min	CHF 185
Ginnastica fisioterapeutica in acqua	30 min	CHF 100