

Voglia di una pausa di profondo benessere?

Massaggio Classico
Massaggio Relax
Massaggio Ayurvedico
Massaggio andino
Massaggio Lomi Lomi
Linfodrenaggio
Riflessologia plantare
Ortho Bionomy
Terapia Cranio-Sacrale
Shiatsu
Tuina (massaggio cinese)
Massaggio viso con Gua-Sha

E per i mesi più freddi:

Massaggio Hot-Stone
Massaggio con candele profumate

Per maggiori informazioni rivolgersi alla ricezione



I nostri terapisti e le nostre terapiste

Daniela Biadici

è nata nel 1971 e vive a Caviglioglio, Vallemaggia. Diplomata e membro presso la Federazione Svizzera Massaggiatori Professionali (SVBM). Ha lavorato diversi anni presso l'Esplanade Hotel & Spa a Minusio.

Presso l'Eco-Hotel Cristallina pratica le seguenti terapie:

Massaggio Relax

Questo massaggio favorisce il rilassamento fisico e mentale.

Viene eseguito con oli aromatici e salutari, con movimenti lenti e, a seconda dei casi, più o meno profondi. Calma la mente, stimola e riattiva le funzioni vitali dell'organismo. Favorisce il sonno e diminuisce lo stress.

25 min / CHF 50.00 50 min / CHF 90.00

Massaggio Ayurvedico

«La scienza della vita» questo massaggio è l'arte sottile di ridare il sorriso al corpo e soprattutto alla salute. Più che una semplice pratica estetica, il massaggio ayurvedico serve a liberarsi dalle tossine, a facilitare la circolazione delle energie e a eliminare tensioni e stanchezza. Si pratica con vari oli aromatici riscaldati, per un totale rilassamento psico-fisico.

60 min / CHF 100.00 90 min / CHF 140.00

Riflessologia Plantare

Questa tecnica rientra nella concezione di salute olistica, secondo la quale l'individuo va considerato nella sua totalità di mente, corpo ed energia.

Massaggiare i piedi ha un'influenza profonda sulla persona; non solo sul piano fisico ma anche su quello emotivo, mentale e spirituale, portando a una vera e propria rigenerazione dell'individuo.

50 min / CHF 90.00

E per i mesi più freddi

Massaggio Hot-Stone (con pietre laviche calde)

60 min / CHF 100.00 90 min / CHF 140.00

Massaggio con candele profumate naturali al 100 %

Con candele al cioccolato, mosto d'uva, lavanda, vaniglia e avocado
50 min / CHF 100.00

Inoltre nuovi oli per massaggi naturali al 100 % quali olio al cioccolato, cannella zenzero e sesamo, vaniglia e avocado, Lomi Lomi e altri ancora...



I nostri terapisti e le nostre terapiste

Monica Vanoni

è nata nel 1956. Terapista diplomata in Cranio Sacrale e Ortho Bionomy. Nel 1976 si è diplomata come aiuto medico. A partire dal 2000 ha iniziato una formazione nel campo della medicina alternativa conseguendo il diploma per le terapie Ortho- Bionomy (2000) e Cranio Sacrale (2001). Negli anni successivi ha approfondito le sue conoscenze con vari corsi e seminari supplementari (terapia per gli occhi, fiori di Bach, terapia acido-basico, ecc.). Dal 2000 è riconosciuta come terapeuta complementare e lavora a Maggia.

Presso l'Eco-Hotel Cristallina pratica le seguenti terapie:

Ortho Bionomy Dal greco **ORTHO** = corretto, giusto; **BIO** = vita, natura; **NOMY** = legge, principio. Applicazione corretta delle leggi della vita. L'Ortho-Bionomy contribuisce sia a rilassare la struttura scheletrico- muscolare che il sistema nervoso, ghiandole, organi, tessuti, ecc. Partendo dal presupposto che qualsiasi malattia, dolore, malessere è dovuta/o a uno squilibrio corporeo o mentale, grazie alla terapia il corpo introduce il riflesso auto-correttivo (secondo il suo ritmo) e scioglie il malessere fisico e/o psichico. Poiché l'Ortho-Bionomy è una tecnica manuale che viene applicata dolcemente e senza manipolazioni del corpo, è adatta anche alle persone anziane e ai bambini.
Durata 1 ora ca. / CHF 110.00

Cranio-Sacrale Dal latino **CRANIO**=testa, capo; **SACRALE**=osso, sacro, sacrum. La terapia Cranio-Sacrale è stata sviluppata dal Dr. W.G. Sutherland sulla base dell'osteopatia craniale del ventesimo secolo. Si tratta di una tecnica non invasiva che consiste nel percepire con le mani il movimento ritmico del liquido cerebrospinale nella testa e nella colonna vertebrale. Questi impulsi sono direttamente collegati con la respirazione del tessuto (respirazione primaria) che regola la respirazione polmonare (respirazione secondaria) e tutte le funzioni nel nostro corpo e ciò viene percepito e decodificato dalle mani del terapeuta. Gli impulsi organizzano le nostre forze curative interne sia mentali che fisiologiche e portano il corpo a un equilibrio (= salute). La terapia Cranio-Sacrale è eseguita con dolcezza ed è quindi adatta anche ai bambini, alle persone anziane e a persone che soffrono di forti dolori.
Durata 1 ora ca. / CHF 110.00

La terapia è accompagnata (a discrezione del cliente) da musica rilassante e/o fiori di Bach. Su richiesta possono essere effettuate anche altre terapie quali terapia per gli occhi, fiori di Bach, equilibrio acido-basico nel corpo (contro la cellulite e la perdita di capelli).



I nostri terapisti e le nostre terapiste

Hansueli Leu

È massaggiatore medicale, vive a Losone e lavora ad Ascona dove ha uno studio.

Presso l'Eco-hotel Cristallina pratica le seguenti terapie:

Massaggio classico

Il massaggio è una delle forme più antica di terapia fisica, per alleviare dolori e decontrarre il tessuto

25 min / CHF 70.00

50 min / CHF 120.00

Riflessologia plantare

La riflessologia plantare agisce tramite le zone di riflesso sul piede, per riequilibrare le attività fisiche e psichiche.

25 min / CHF 70.00

50 min / CHF 120.00

Linfodrenaggio

Il linfodrenaggio è un particolare tipo di terapia manuale, per drenare i liquidi accumulati nel corpo.

25 min / CHF 70.00

50 min / CHF 120.00

Terapia cranio-sacrale

La percezione del ritmo cranio sacrale tramite tecniche specifiche, mette in moto le forze rigenerative per guarire da traumi e disfunzioni.

25 min / CHF 70.00

50 min / CHF 120.00

Massaggio andino

Il massaggio andino è un antico trattamento del Perù che libera il flusso energetico naturale seguendo l'energia lunare e solare.

25 min / CHF 70.00

50 min / CHF 120.00

Lomi Lomi

Trattamento tradizionale delle Hawaii; serve per armonizzare il corpo psicofisico con le forze spirituali.

25 min / CHF 70.00

50 min / CHF 120.00



I nostri terapisti e le nostre terapiste

Anne-Marie Giles

Classe 1969. Praticante appassionata e istruttrice di arti marziali, Taekwondo nella fase Yang della vita e dal 2012 Taijiquan, Qigong e ginnastiche cinesi.

Diplomata con lode in Accademia di Medicina Tradizionale Cinese a Bologna nel 2014, specializzata in Tuina (massaggio cinese) e tecniche complementari quali coppettazione, moxibustione, gua-sha, auricoloterapia e massaggio plantare.

Nel 2015 prosegue gli studi con la formazione di operatrice Shiatsu presso Accademia Oki Do di Pesaro. Lavora in Italia presso 2 studi fino al 2021, quando decide di trasferirsi nella meravigliosa Vallemaggia. Vive a Menzonio e insegna Taijiquan e Quigong a Maggia presso il centro Lo Yoga e presso la palestra Valmoving di Avegno.

Presso l'Eco-Hotel Cristallina propone le seguenti terapie:

Tuina (massaggio cinese)

Lavora prevalentemente sull'apparato osteo-muscolare, aiuta a rilasciare tensioni e sciogliere blocchi e contratture.

Dona un rilassamento profondo e ripristina il fluire armonioso e corretto di Qi (energia) e Xue (sangue).

60 min / CHF 100.00

Shiatsu

Trattamento rilassante e riequilibrante. Attraverso la digitopressione agisce sui punti e sui meridiani della tradizione cinese e giapponese per ripristinare il libero fluire del Qi (energia) e armonizzare corpo, mente e spirito per ritrovare la condizione naturale di benessere, equilibrio e armonia.

60 min / CHF 100.00

Massaggio viso con Gua-Sha

Distende e rilassa muscoli e tessuti del viso donando luminosità, tonicità ed elasticità.

Un trattamento estetico con effetto lifting a cui si aggiungono i benefici del trattamento di punti meridiani Yang del capo e del collo con azione drenante, armonizzante e riequilibrante.

50 min / CHF 80.00

Riflessologia plantare

Un microsistema che riflette apparati e organi di tutto il corpo. Aiuta a drenare e eliminare le tossine fisiche e psico emotive.

L'azione rilassante e armonizzante libera la mente da stress e tensioni e dona una piacevole sensazione di serenità e leggerezza.

60 min / CHF 100.00

