

hom

hotel orsa maggiore

Via Lit. per S. Cesarea, 303
73030 - Castro Marina (Le)
Tel. +39 0836 947029/28 - Fax +39 0836 947766
www.orsamaggiore.it
info@orsamaggiore.it



**SOGGIORNO BENESSERE IN PUGLI HOM: PACCHETTO
CROMOPUNTURA, JOGA E RIFLESSOLOGIA PLANTARE.
VALIDO TUTTO OTTOBRE 2011**



La **Cromopuntura**, riservata agli amanti della natura e del mare più bello, per chi vuole allontanarsi dallo stress quotidiano approfittando di una tecnica dolce e non invasiva. L'operatore non punge la pelle ma posiziona fasci di luce colorata sui punti ricettori del corpo, gli stessi dell'agopuntura e dello shiatsu. L'idea che sotto forma di luce, e in particolare di colori, sia possibile veicolare, attraverso i meridiani dell'agopuntura, non tanto energia quanto piuttosto informazione. L'applicazione di uno stimolo cromatico sui punti energetici individuati, attraverso il colore, trasmette delle bioinformazioni che possono mettere in atto processi ordinativi di coordinazione a livello organico e psichico. La cromopuntura non agisce sul sintomo, ma mira a ristabilire l'equilibrio energetico di base. La cromopuntura non provoca nessun tipo di dolore fisico, al contrario, il trattamento è piacevole e rilassante per chi lo riceve.



Lo **Yoga** (dalla radice sanscrita *Yuj*, "aggiungere, unire") è un antichissimo e complesso sistema di conoscenze, frutto prezioso della plurimillenaria cultura indiana. Servendosi di una vasta scelta di tecniche, lo Yoga promuove e rende possibile l'integrazione dei vari piani dell'esistenza umana



La **Riflessologia Plantare** è una tecnica di massaggio applicata principalmente sui piedi, ed eventualmente sulle mani. Si basa sul principio che sui piedi e sulle mani si trovano riflessi tutti gli organi, le ghiandole, e le parti del corpo. Applicando il massaggio riflessologico si può quindi avere un effetto o influire sull'organo corrispondente al riflesso stimolato. La Riflessologia è una **terapia olistica**, basata quindi sul principio che ogni aspetto della vita dell'individuo influisca sul benessere e sulla salute della persona, ed opera nell'intento di riequilibrare l'intero organismo al fine di stimolarne le capacità di autoguarigione

Il pacchetto comprende:

- Soggiorno in mezza pensione in camera doppia, colazione a buffet
- Menù con ampia scelta di cibi secondo esigenze individuali, menù ipocalorici, per intolleranze alimentari o per celiaci.
- Consulenza con i nostri professionisti all'arrivo per sviluppare un programma adatto per ogni singolo individuo.
- Tisane naturali a scelta durante la giornata.
- Una lezione di Yoga al giorno o ogni due giorni, della durata di un' ora + rilassamento
- Un trattamento di cromopuntura e un massaggio di riflessologia plantare a giorni alterni secondo le necessità individuali.

Tariffe:

	mp	pc
2 notti – 3 giorni*	€ 70	€ 100
3 notti – 4 giorni*	€ 185	€ 230
7 notti – 8 giorni*	€ 420	€ 525

* 2 pernottamenti; 2 cene; 2 lezioni di Yoga; 2 massaggi

* 3 pernottamenti; 3 cene; 3 lezioni di Yoga; 2 massaggi

* 7 pernottamenti; 7 cene; 4 lezioni di Yoga; 4 massaggi