

Il Cucchiaino di Legno

WELLNESS EXPERIENCES

Trattamenti a cura di Luigi, terapeuta [@equili_bio_](#)
Treatments by Luigi, @equili_bio_ therapist



Luigi Spilobazzi

SHASHTIKA SHALI PINDA SWEDA

Trattamento della tradizione Ayurvedica che prevede un massaggio con l'uso di **Pinda caldi**: sacchetti di cotone riempiti con **riso rosso Navara** preparato in un decotto di radici indiane e latte vaccino fresco. Utilizzato fin dai tempi antichi, questo trattamento **nutre i tessuti cutanei** in profondità favorendo il riequilibrio generale.

*A traditional Ayurvedic treatment that consists of a massage using **hot Pindas**: cotton bags filled with **Navara red rice** prepared with an infusion of medicinal roots and fresh cow's milk.*

*Used since ancient times, this treatment deeply **nourishes the skin**, restoring overall rebalancing.*

BENEFICI DEGLI OLI

- Favorisce il microcircolo
- Nutrizione della pelle
- Rilassamento profondo

OIL BENEFITS

- *Promotes microcirculation*
- *Skin nourishment*
- *Deep relaxation*



80 min: 180 €

ROOKSHA PINDA SWEDA

Sabbia, sale rosa e 10 radici indiane sono i protagonisti del massaggio Pinda Sweda, un trattamento che favorisce la **sudorazione corporea** tramite l'utilizzo di questi elementi racchiusi in caldi sacchetti di cotone.

La sua **azione detossinante sulla pelle** si unisce al calore che rilassa e distende i muscoli.

Sand, pink salt and 10 indian roots are the protagonists of the Pinda Sweda massage, a treatment that stimulates body perspiration through the use of these elements enclosed in warm cotton bags. Its detoxifying action on the skin combines with the heat that relaxes and loosens the muscles.

BENEFICI DEGLI OLI

- Favorisce il microcircolo
- Rilassamento profondo
- Distensione muscolare

OIL BENEFITS

- Promotes microcirculation
- Deep relaxation
- Muscle relaxation



80 min: 150 €

MASSAGGIO AYURVEDICO

AYURVEDIC MASSAGE



Esperienza **armoniosa, profonda** ed **appagante** basata sui principi curativi dell'Ayurveda.

Unisce i benefici rilassanti del massaggio al riequilibrio energetico ed emozionale.

Trattamento eseguito con specifici **taila ayurvedici**, oli medicati indiani che donano **nuova linfa ai tessuti**.

*A **harmonizing, profound** and **satisfying** experience based on the healing principles of Ayurveda.*

*It combines the relaxing benefits of a massage with an energizing and emotional rebalancing. Treatment is done with specific **ayurvedic taila**, indian herbal oils, that aid in **recovering and renewing the body**.*

BENEFICI DEGLI OLI

- **Brahmi taila:** applicato sulla testa, pacifica e stimola le attività cerebrali
- **Dhanwantaram taila:** utilizzato nel massaggio del corpo per le sue proprietà toniche e ringiovanenti

OIL BENEFITS

- **Brahmi taila:** scalp massage, relaxes from stress and stimulates memory
- **Dhanwantaram taila:** used for body massage for its toning and rejuvenating properties



60 min: 120 €

90 min: 150 €

KARPOORADI HERBAL REMEDY

Massaggio ayurvedico particolarmente indicato per chi soffre di dolori a livello muscolare. Il segreto di questo trattamento risiede nell'utilizzo del **Karpooradi**, un **olio di sesamo officinale** fragrante e balsamico prodotto in India con foglie di canfora. Karpooradi porta i suoi benefici a livello muscolare donando una **sensazione di vitalità, leggerezza e forza**.

*An **ayurvedic massage** particularly suitable for those suffering from muscle pain & contractions. The secret of this treatment lies in the use of **Karpooradi**, a fragrant and balsamic **medicinal sesame oil** produced in India with camphor leaves. Karpooradi brings benefit to the muscles, providing a **feeling of vitality, lightness and strength**.*

BENEFICI

- Apertura del respiro
- Rilassamento muscolare
- Alleviamento dei dolori

BENEFITS

- *Improve breathing flow*
- *Muscle relaxation*
- *Pain relief*



60 min: 110 €

HOT STONE THERAPY

Trattamento olistico che unisce i benefici della **termoterapia** a quelli del massaggio.

Corpo e mente vengono **coccolati a livello profondo** dal calore delle pietre laviche per un intenso **viaggio sensoriale**.

*Holistic treatment with hot stones that combines the benefits of **thermotherapy** with those of a massage. Body and mind are **pampered at a deep level** by the warmth of lava stones for an intense **sensorial experience**.*

BENEFICI

- Profondo rilassamento
- Distensione dei muscoli
- Scioglimento dei dolori

BENEFITS

- *Deep relaxation*
- *Eases muscle tension and pain*
- *Reduces stress and anxiety*



70 min: 140 €

MASSAGGIO "INFINITE TOUCH"

INFINITE TOUCH" MASSAGE

Massaggio **rilassante** e **rigenerante** praticato con olio caldo di sesamo.

Un tocco armonico incentrato sulla distensione muscolo-articolare, favorisce il **naturale riequilibrio di corpo e mente** donando una profonda **sensazione di benessere**.

Relaxing and regenerating massage technique with warm sesame oil.

*A harmonious massage focused on muscle-joint relaxation, promoting the **natural rebalancing of body and mind**, giving deep feeling of well-being.*

BENEFICI

- Rilassamento generale
- Recupero dell'equilibrio psicofisico
- Allentamento delle tensioni

BENEFITS

- *General relaxation*
- *Recovery of psychophysical balance*
- *Relieve of muscle tension*



60 min: 100 €

80 min: 130 €

MASSAGGIO SONORO VIBRAZIONALE TIBETAN SINGING BOWLS MASSAGE

Esperienza **unica** di massaggio sonoro con **Campane Tibetane** sul corpo.
L'onda armonica delle vibrazioni fluisce nei tessuti pacificando la mente e ristabilendo
l'**equilibrio a più livelli**.

Unique experience of a sound massage with Tibetan singing bowls.
The harmonic wave of vibrations flow deeply through the body, helping muscles and joints to relax,
*achieving mental lightness and immediate relaxation, giving a **great sense of inner peace and harmony**.*

BENEFICI

- Armonizzazione dei naturali flussi energetici
- Riduzione di ansia e stress
- Riequilibrio emozionale

BENEFITS

- Harmonization of natural energy flows
- Reduction of anxiety and stress
- Emotional rebalancing



50 min: 80 €

REIKI

Antica pratica di **riequilibrio** e **guarigione a livello energetico**.

Porta i suoi benefici sul piano fisico, mentale ed emozionale grazie alla veicolazione dell' **“Energia Universale”**.

Prima del trattamento viene effettuata la scansione delle energie tramite **Bio-Well**.

Bio-Well è il dispositivo che riporta a livello grafico i flussi energetici e la disposizione dei chakra.

*Ancient practice of **rebalancing**, **energy healing**.*

*It promotes wellness by transferring **“Universal Energy”** on a physical, mental and emotional level to the person's energy field.*

*Before the treatment, the energy levels are verified by using **Bio-Well**.*

Bio-Well is a device that graphically shows the energy flows and the aligning of the chakras.

BENEFICI

- Benessere interiore
- Aumento della consapevolezza energetica
- Riequilibrio energetico ed emozionale

BENEFITS

- Inner well-being
- Increase in energy awareness
- Energy and emotional rebalancing



70 min: 90 €

Enjoy your holiday!

Follow on Instagram:

