



Ayurveda Désintoxication du corps et de l'esprit

Notre vie quotidienne est influencée par notre environnement, ce qui a un impact sur notre corps et notre âme. La pollution et le stress peuvent s'accumuler, rendant la désintoxication essentielle. Chez SZG, nous sommes là pour vous aider à vous débarrasser des toxines et à rajeunir ! Participez à notre programme de désintoxication de cinq jours pour vous et vos proches !

Jour 1 : A. Vérification complète et planification
Réunion avec l'expert.
B. Désintoxication de la tête et de la partie supérieure du corps sur la base du Pancharma.

Jour 2 : Thérapie pour revitaliser la tête, le cou et les épaules

Jour 3 : Renforcement et soin du bas du dos.

Jour 4 : Soins des membres supérieurs et inférieurs: Thérapies de protection vitale des muscles, des articulations et de la peau des bras et des jambes.

Jour 5 : Purement pour l'âme !
Des activités de relaxation, de soulagement du stress et de pleine conscience adaptées à vos besoins.

