



WELLNESS TIME



14

19

21

26

FEBBRAIO IN SALUTE

Quattro giornate interamente gratuite
con diverse proposte dedicate alla cura e tutela della salute,
dalla nutrizione ai trattamenti che alleviano gli stati di malessere

VOLTA PAGINA E PRENDITI IL TUO TEMPO PER STARE BENE

ORUS

Via Gramsci, 16 - Cassina de' Pecchi
orusgroup.it

WELLNESS TIME



14

19

21

26

FEBBRAIO IN SALUTE

Sessione di Coaching Nutrizionale

L'intento del coaching è migliorare e sviluppare abilità affinché le persone possano raggiungere le proprie mete in maniera equilibrata. Nell'ambito nutrizionale la persona imparerà ed interiorizzerà nuovi modelli alimentari atti a migliorare il suo stile di vita e la percezione della propria figura corporea. Durante la sessione vengono individuate le cosiddette "cattive abitudini" spesso causa di sovrappeso e malessere.

Durata totale della prova: 45 minuti

Finalità: salute e benessere generale

In abbinamento alla sessione di coaching nutrizionale è inoltre possibile effettuare il test kinesiologico beneficiando di un buono omaggio del valore di € 40.

Durata del test: 50 minuti

Finalità del test: lettura del corpo

Massaggio decontratturante localizzato (20')

Aiuta a sciogliere le contratture muscolari che possono presentarsi in caso di squilibri posturali, movimenti scorretti, sforzi eccessivi o sollecitazioni muscolari eccessive. Le zone più interessate sono la schiena, le spalle, il collo e le gambe.

Durata totale della prova: 20 minuti

Finalità: salute e benessere fisico

Massaggio emolinfatico integrato localizzato (20')

Ha effetti positivi sull'apparato circolatorio e linfatico, contribuisce a ridurre la ritenzione idrica, favorisce l'eliminazione delle tossine, la rigenerazione dei tessuti e l'ipotonia muscolare. Inoltre allevia le tensioni con effetti sedativi e rilassanti.

Durata totale della prova: 20 minuti

Finalità: salute e benessere fisico

PRENOTA LA TUA PROVA GRATUITA

ORUS

TEL. 02 31059327 - info@orusgroup.it

- Validità di utilizzo: sui servizi non ancora provati -