



GIULIA — YOGATAIO

TIBETAN MASSAGE · ASANA · BREATHWORK · MEDITATION
MASSAGEM TIBETANA · ASANA · PRANAYAMA · MEDITAÇÃO

A sound massage session using Tibetan singing bowls placed on or around the fully clothed body. Rooted in traditional Eastern and indigenous healing practices, this method supports the nervous system, reduces stress, and promotes deep relaxation, mental clarity and overall well-being. The singing bowls help to slow down brain waves, improve focus and concentration, balance the nervous system, and restore a sense of energy and creativity.

Sessão de massagem sonora com taças tibetanas colocadas sobre ou à volta do corpo totalmente vestido. Enraizado em práticas de cura sonora tradicionais do Oriente, este método apoia o sistema nervoso, reduz o stress e promove um estado profundo de relaxamento, clareza mental e bem-estar geral. As taças tibetanas ajudam a abrandar as ondas cerebrais, melhorar o foco e a concentração, equilibrar o sistema nervoso e restaurar uma sensação de energia e criatividade.

LANGUAGES

EN · PT · IT

CONTACT

+351 912 019 102

INSTAGRAM

@yogataio

DURATION / DURAÇÃO

60 min

65€

PER SESSION
POR SESSÃO

MOVE · RECOVER · CONNECT