



Skandinaviska  
AYURVEDA-AKADEMIN

# Härliga månads- erbjudanden från Ayurveda-Akademien

2011-11-01 - 2012-04-30

## Prova delar av vårt utbud till extra bra priser

November 2011

### **Abhyanga 60 min**

En underbart nedvarvande helkroppsmassage som ges med varm sesamolja. Ger vila för sinnet och mjukhet till kroppen.

**550,-** (Ordinarie pris: 650,-)

Februari 2012

### **Drop-in-Yoga 2 lektioner**

Välj 2 valfria pass, klassisk yoga, livsyoga eller medicinsk yoga. Gemensamt för de olika yogaformerna är att de alla passar för dig som vill uppnå inre stillhet och harmoni.

**240,-** (Ordinarie pris: 140-180,-/gång)

December 2011

### **Marma 60 min**

En djupt avslappnande och balanserande behandling, där kroppens marmapunkter med lätt beröring masseras med utvalda oljor, anpassade efter dina behov. En subtil och annorlunda upplevelse väntar.

**550,-** (Ordinarie pris: 650,-)

Mars 2012

### **Garshan + Abhyanga 90 min**

En duobehandling för att öka förbränningen och rena lymfsystemet. Behandlingen inleds med en stimulerande helkroppsmassage som utförs med råsidenvantar. Garshan följs av en välgörande Abhyanga där du masseras med varm sesamolja.

**750,-** (Ordinarie pris: 950,-)

Januari 2012

### **Abhyanga + Swedana 90 min**

En balanserande och renande duobehandling som inleds med en helkroppsmassage med varm sesamolja. Efter en kort vila följer en värmebehandling, där du får ett värmetält placerat över kroppen (från axlar till fötter). Med hjälp av varm vattenånga förs toxiner som lösts upp under massagen lättare ut ur kroppen.

**750,-** (Ordinarie pris: 950,-)

April 2012

### **Hälsorådgivning 90 min**

Hälsokonsultationen är till för att förebygga obalanser och utveckla hälsan. Med hjälp av bl a pulsläsning tar vi reda på orsaken till eventuella obalanser som kan behandlas med hjälp av t ex kost, köksråd, dagliga rutiner, andningsövningar, yoga/motion.

**560,-** (Ordinarie pris: 700,-)  
Återbesök efter 3 månader 300,-

Bokningar görs via hemsidan: [ayurveda-akademien.org](http://ayurveda-akademien.org)  
Ange rabattkod "Namaste" (gäller samtliga erbjudanden)

Skandinaviska Ayurveda-Akademien, Åkervägen 1, 191 40 Sollentuna, 08-35 13 20