



## TRATTAMENTI CORPO

### PETER LING MASSAGE 60' .....€ 60 (MASSAGGIO SVEDESE CLASSICO)

Il massaggio classico occidentale, utile per sciogliere le contratture, rilassante, tonificante e drenante. Agisce sul circolo emo-linfatico ed è efficace nella prevenzione di adipe e cellulite

### MASSAGGIO MIORILASSANTE 60' .....€ 60

Ridona vigore ed elasticità ai muscoli induriti dall'intensa attività fisica

### MASSAGGIO SPORTIVO 60' .....€ 60

Migliora le performance atletiche e ridona agio ed equilibrio psicofisico nel post gara

### MASSAGGIO MAORI 70' .....€ 70

Eseguito con i tipici strumenti in legno dei rituali Maori, agisce su cute, fasce e muscoli rivelandosi, oltre che un potente decontratturante, un efficacissimo trattamento drenante, rilassante e di bellezza

### MASSAGGIO CALIFORNIANO 60' .....€ 60

Attraverso manovre lente, dolci e molto estese, mira a ripristinare l'equilibrio globale della persona

### HAMMOCK MASSAGE 70' .....€ 70 (MASSAGGIO AMAZZONICO)

Ispirata ai rituali degli sciamani amazzonici, questa tecnica agisce, attraverso pendoli, oscillazioni e dondolio, a livello sottocorticale donando un effetto calmante e ipnotico immediato

### AXIS MASSAGE 50' .....€ 50

Attraverso sfregamenti intensi e manovre di stretching, questa tecnica made in Japan agisce sui principali punti di agopuntura ("tsubo") sciogliendo i muscoli e riequilibrando la postura

### MASSAGGIO CERVICALGIA 50' .....€ 50

Il Massaggio Tradizionale Cinese Tuina unito ad alcune manovre di Biodinamica Cranio-sacrale, si rivelano molto efficaci per eliminare le tensioni del tratto cervicale

### BIODINAMICA CRANIO-SACRALE 70' .....€ 70

Tecnica di derivazione osteopatica che, attraverso manovre dolci e non invasive atte a percepire il movimento ritmico delle ossa cranio-sacrali, ha lo scopo di sciogliere i blocchi organici stimolando la capacità di autoguarigione dell'organismo

### ROSE MASSAGE 60' .....€ 60

Ispirato al mondo arabo, Grandorsale ha ideato questo trattamento le cui manovre circolari e a spirale, accompagnate dalle note esotiche della Rosa Turca, trascinano in un vortice di "divino" benessere



## TRATTAMENTI VISO

### CUPPING VISO 30' .....€ 40

Il lifting non invasivo delle coppette e il potere cosmetico dell'olio essenziale di incenso, contrastano le rughe prevedendo l'invecchiamento della pelle

### MARYLIN MASSAGE 30' .....€ 40

L'uso di creme di alta qualità specifiche per la lucentezza della pelle, fa di questo massaggio un vero e proprio trattamento di bellezza

### MAORI MATA 30' .....€ 40

I "piccoli patu" usati nel massaggio maori all'opera su tutto il viso per drenare gonfiori e distendere gli zigomi donando luce e bellezza

## TRATTAMENTI SPECIALI

### MASSAGGIO GD (Metodo Grandorsale) 60' .....€ 60

Le manovre, appartenenti a differenti protocolli di massaggio sapientemente riunite in un unico trattamento, vengono estese sul ricevente prono dalla schiena ai piedi garantendo un profondo rilassamento

### COPPETTAZIONE CINESE 60' .....€ 60

Pratica terapeutica di medicina alternativa che, attraverso la suzione eseguita mediante speciali coppette, libera i tessuti da dolori e inestetismi

### YOMOGI BIO-SAUNA 60' .....€ 50

Innovativo trattamento made in Japan consistente in un bagno di vapore veicolato con artemisia essicata la quale, tramite le peculiari qualità medicamentose, agisce sugli organi interni

### BAGNO CALDO ALLO ZENZERO 80' .....€ 80

Grazie al potere riscaldante dello zenzero, questo trattamento tonificante e antidolorifico è ideale per tutti i disturbi legati al freddo: dai reumatismi all'artrite, dai dolori muscolari ai malesseri influenzali

### MASSAGGIO SHIVA (A 4 MANI) 60' .....€ 130

Il trattamento completo per eccellenza che prevede l'impiego di 4 mani che scorrono contemporaneamente sul corpo del ricevente avvolgendolo di benessere

### MASSAGGIO DI COPPIA 60' .....€ 130

Un rifugio di assoluto relax in cui la coppia può festeggiare l'anniversario, San Valentino, il compleanno o, semplicemente, condividere 60' di profondo rilassamento



## TRATTAMENTI PIEDI

### RIFLESSOLOGIA PLANTARE ad indirizzo Psicosomatico 60' € 60

Nei piedi troviamo disegnate delle vere e proprie *mappe corrispondenti all'intero corpo*, ed ecco perché possiamo affermare che i piedi nel loro insieme rimandano a quell'unione mente-corpo denominata *unità psicosomatica* la cui visione è alla base dell'olismo.

La riflessologia plantare si basa sulla *teoria dei riflessi* secondo la quale, stimolando determinati punti del piede, riusciamo ad intervenire su organi specifici alleviando buona parte di quelli che sono i disturbi più comuni.

## RITUALI BENESSERE

### METARIFLESSOLOGIA 110' .....€ 130

I punti riflessi della pianta del piede vengono ulteriormente stimolati attraverso l'applicazione delle coppette sui corrispondenti punti della schiena

### BLU DIPINTO DI BLU 90' .....€ 100

Dopo un bagno di vapore e un massaggio completo a piedi e gambe, ti sentirai letteralmente volare!

### NARCISO 90' .....€ 100

Il massaggio al viso preceduto dal bagno di vapore, implementa la tonicità della pelle e la salute di tutto il corpo

### IPPOCRATERAPIA 120' .....€ 130

Grazie alla stimolazione e alla distribuzione del sangue prodotti prima dalla bio-sauna e poi dalle coppette, questo trattamento rivela qualità altamente terapeutiche per la cura dei dolori localizzati e diffusi

### CORPORESANO 120' .....€ 130

Un binomio che garantisce relax, leggerezza e benessere

### WINTER GINGER 130' .....€ 150

La radice di zenzero (presente sia nel pediluvio che nel bagno di vapore) e il massaggio corpo avvolto dalle note solari dell'olio essenziale di zenzero, fanno di questo trattamento un vero coadiuvante per i disturbi del freddo donando calore al corpo e all'anima



## PSICOSOMA

### TRAINING AUTOGENO

Individuale 50' .....€ 50  
In gruppo 60' (7 incontri).....€ 140

Come le manovre corporee del massaggio agiscono sulla psiche, così la concentrazione psichica agisce sul corpo donando benefici psicofisici immediati. Un vero e proprio allenamento atto ad ottenere un rilassamento profondo

### ESERCIZI DEI MERIDIANI

(Makkoho - 真向法)

Individuale 50' .....€ 50  
In gruppo 60' (mensile).....€ 50

Gli esercizi di stretching tipici di questa disciplina made in Japan, hanno lo scopo di favorire la libera circolazione dell'energia lungo i Meridiani di tutto il corpo promuovendone la salute e il vigore

### ESERCIZI CINESI DELLA SALUTE

(Lian Gong - 練功十八)

Individuale 50' .....€ 50  
In gruppo 60' (mensile).....€ 50

Sono esercizi che mirano alla prevenzione e alla conservazione della salute coinvolgendo tutti i distretti corporei. Efficaci per alleviare lo stress e, agendo su muscoli e articolazioni, si dimostrano utilissimi per gli sportivi

### ESERCIZI DI RESPIRAZIONE

(則天 - Sokuten)

Individuale 50' .....€ 50  
In gruppo 60' (mensile) .....€ 50

Questi esercizi ottimizzano le funzioni degli apparati digerente, nervoso e circolatorio e sviluppano l'efficienza e l'equilibrio della mente incrementando la resistenza dell'intero organismo alle malattie

### ESERCIZI PER IL CORPO E LO SPIRITO

(del Maestro Petar Danov)

Individuale 50' .....€ 50  
In gruppo 60' (mensile) .....€ 50

Questa ginnastica, eseguita in modo lento e armonico, si rivela molto utile per accrescere la pazienza e la sinergia di corpo, emozioni e mente

### GINNASTICA ARTICOLARE

Individuale 50' .....€ 50  
In gruppo 60' (mensile) .....€ 50

Movimenti semplici e diretti che "disegnano" le linee e i percorsi naturali delle strutture anatomiche umane per come sono state concepite



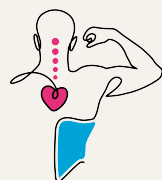
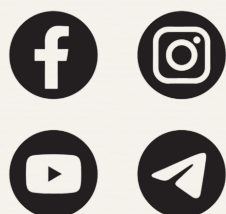
Lorenzo - 329.1126071



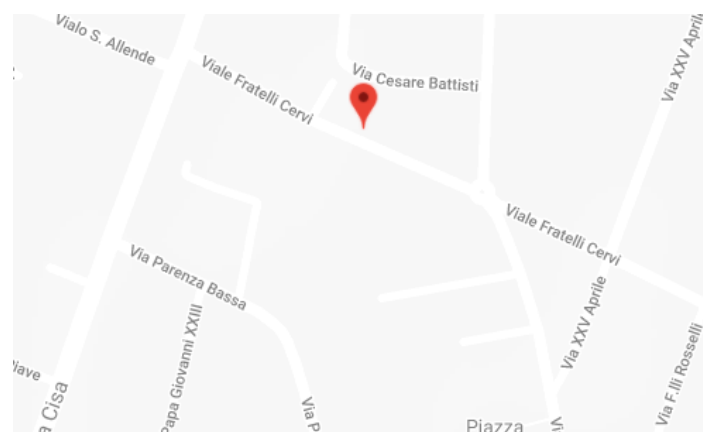
grandorsale.lb@gmail.com



www.grandorsale.it



Via F.lli Cervi, 3a  
Borgo Virgilio - MANTOVA



I trattamenti praticati presso GRANDORSALE sono rivolti al benessere globale della persona e non costituiscono terapia medica riabilitativa ed estetica.

Le attività sono svolte secondo la Legge 14 gennaio 2013 n.4, disposizione in materia di professioni non organizzate.



GRANDORSALE  
massaggi e trattamenti olistici

*Il riposo a voi sia, non letargo, ma preparazione di nuove forze e pensieri.*

(NICOLÒ TOMMASEO)



**Lorenzo Biroli**

Founder - Massage Specialist

Counselor

*Sono convinto che il Massaggio, oltre a rappresentare un validissimo strumento per recuperare le energie e per poter sperimentare uno stato di profondo rilassamento, aiuti le persone a ritrovare il contatto con la propria dimensione corporea dalla quale siamo sempre più disconnessi a causa dell'iperattività cerebrale.*

