



SHIVA SENSHIN

— 洗心 —

SPA INTEGRATIVO

*Uma experiência de cura e bem-estar  
através dos 5 sentidos*





## Blends de Chás

### *Abacaxi, hortelã e limão com gengibre*

Benefícios/indicação: Energizante, digestivo e detoxificante.

Contraindicações: Gestantes, crianças menores de 5 anos e

Efeito terapêutico: Energizante, termogénico e digestivo.



### *Camomila, melissa e capim cidreira*

Benefícios/indicação: Calmante, sedativo e alívio do stress.

Contraindicações: Baixa pressão.

Efeito terapêutico: Relaxante, melhora do sono e do humor.



### *Maçã, hibisco e especiarias*

Benefícios/indicação: Antioxidante, diurético e anti-inflamatório

Contraindicações: Gestantes, crianças menores de 5 anos e hipotensão

Efeito terapêutico: Termogénico, estimulante da circulação e digestivo.



## A Arte da Cerimónia do Chá

A cerimónia do chá (Chanoyu) no Japão é um ritual de presença, harmonia e contemplação no qual cada gesto é feito com atenção plena.

Um dos conceitos mais profundos dessa tradição é *Ichigo Ichie* (一期一会, que significa "um encontro, uma oportunidade única".

A ideia nos lembra que cada encontro acontece apenas uma vez na vida e deve ser vivido com total presença.

Ao saborear um chá, convidamos você a viver este momento com calma, consciência e gratidão.





# Massoterapia

Escolha a técnica que melhor harmoniza com o seu momento.

## 1 MASSAGEM RELAXANTE

Indicação: estresse, ansiedade, tensão muscular e cansaço fixo.

- Contraindicações: febre, inflamações agudas, trombose ou lesões recentes.



## 2 SHIATSU (JAPONESA)

Indicação: dores musculares, estresse, insônia e desequilíbrio energético.

- Contraindicações: fraturas recentes, inflamações agudas ou febre.



## 3 REFLEXOLOGIA PODAL

Indicação: estresse, ansiedade, fadiga e desequilíbrios energéticos.

- Contraindicações: feridas, infecções ou inflamações nos pés.



## 4 DRENAGEM LINEÁTICA

Indicação: retenção de líquidos, inchaço e pós-operatório estético.

- Contraindicações: infecções, trombose, insuficiência cardíaca ou renal grave.



## 5 MASSAGEM COM PEDRAS QUENTES

Indicação: tensão muscular, estresse e dores crônicas.

- Contraindicações: problemas circulatorios graves, febre ou pele sensível ao calor.



## 6 CANDLE MASSAGE

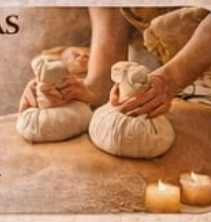
Indicação: relaxamento profundo, hidratação da pele e alívio do estresse.



## 7 MASSAGEM COM PINDAS

Indicação: dores musculares, tensão e rigidez corporal.

- Contraindicações: pele sensível ao calor ou inflamações agudas.



## 8 QUICK MASSAGE,

Indicação: estresse do dia a dia, tensão em ombros, pescoço e costas,

- Contraindicações: lesões recentes na coluna ou inflamações locais.



## 9 LOMI LOMI (HAVAIANA)

Indicação: estresse emocional, tensão muscular e necoxçalade de relaxamento profundo.

- Contraindicações: febre, infecções ou lesões recentes.



## 10 MASSAGEM AYURVÉDICA (INDIANA)

Indicação: estresse, fadiga, tensão muscular e desequilíbrio energético.

- Contraindicações: inflamações agudas ou lesões recentes.



## 11 THAI YOGA MASSAGE (TAILANDESA)

Indicação: rigidez muscular, baixa flexibilidade e tensão corporal.

- Indicação: hérnia grave, traturas ou problemas articulares agudas.



## 12 LIBERAGÃO MIOFASCIAL,

Indicação: dores musculares crônicas, tensão profunda e restrições de movimento

- Indicação: inflamações agudas ou lesões recentes.





# Complementos Terapêuticos

Escolha até 2 complementos terapêuticos para potencializar sua massagem.

## 1 FLORAIS DE BACH

Indicação: ansiedade, estresse, emocional, insegurança, irritação e desequilíbrio emocional.

- Contraindicações: não substitua tratamento médico ou psicológico, em casos clínicos graves.



## 2 QUIROPRAXIA

Indicação: dores, na coluna, distúrbio de movimento; posturais, e tensão muscular.

- Contraindicações: osteoporose, avançada, inflamações agudas ou problemas graves na coluna.



## 3 REIKI

Indicação: estresse, ansiedade, cansaço emocional e desequilíbrio energético.

- Contraindicações: não possui contraindicações diretas, mas não viés.



## 4 ACUPUNTURA

Indicação: dores musculares, estresse; insônia; neurrose e desequilíbrios energéticos.

- Contraindicações: distúrbios graves de coagulação ou infecções na pele no local da aplicação.



## 5 VENTOSATERAPIA

Indicação: dores musculares, tensão nos ombros, contraturas, e melhora da circulação.

- Contraindicações: pele lesionada, inflamada, febre ou problemas graves de coagulação.



## 6 CRANIOPUNTURA

Indicação: dores de cabeça, estresse, tensão mental, e distúrbios neurológicos leves.

- Contraindicações: infecções no couro cabeludo ou distúrbios graves de coagulação.



## 7 ESCALDA-PÉS

Indicação: estresse; ansiedade, fadiga e necessidade de relaxamento profundo.

- Contraindicações: tendas, infecções ou inflamações nos pés.



## 8 ARGILOTERAPIA

Indicação: Desintoxicação da pele, inflamações; estenção de fiquidos, e revascularização.

- Contraindicações: alergia aos minerais da argila ou pele lesionada.



## 9 AURICULOTERAPIA

Indicação: Ansiedade, dores crônicas, estresse; na via no equilíbrio energético.

- Contraindicações: alergia pelas ou pele lesionada.



## 10 KINESIO TAPING

Indicação: dores musculares, suporte articular; ressurtações, muscular e melhora da circulação.

- Contraindicações: alergia ao adesivo ou pele lesionada.



## 11 TARÓ TERAPÉUTICO

Indicação: Autoconhecimento, reflexão emocional e orientação intuitiva. Stiver

- Contraindicações: não possui contraindicações diretas.



## 12 HO'OPONOPONO

Indicação: Limpeza emocional, perdões; Tere de de pedras, e harmonização interior.

- Contraindicações: não possui contraindicações diretas.





SHIVA  
SENSIN

洗心

# SOUND HEALING

ESCOLHA A PLAYLIST PARA ACOMPANHAR SUA SESSÃO



PLAYLISTS DISPONÍVEIS



## Massagem Relaxante

Selecioneada com sons suaves, instrumentais e frequências que promovem profundo relaxamento.

🌿 Ideal para aliviar tensões, acalmar a mente e preparar o corpo para o relaxamento total.



## Reiki Healing

Trilhas com sons de cura, frequências binaurais e músicas intuitivas para reconexão energética.

🌿 Favorece o equilíbrio emocional, reduz o estresse e amplia a sensação de leveza.



## Sacred Earth

Banda canadense de world music e channelling, que cria trilhas de alta vibração e naturera.

🌿 Conecta com a Terra, eleva a consciência e desperta a paz interior.



## Sam Garrett

Músico britânico conhecido por suas meditações sonoras e sons ancestrais.

🌿 Promove expansão da consciência, introspecção e conexão espiritual.



🌸 RELAXE

📶 RESPIRE

💖 SINTA

🕒 VIVA O MOMENTO

A MÚSICA É A VIBRAÇÃO QUE TOCA A ALMA



洗心

## Cromoterapia



### Vermelha

**Benefícios/indicação:** Força, energia, vitalidade

**Contraindicações:** Pessoas hipertensas ou ansiosas

**Efeito terapêutico:** Energizante e estimula a ação



### Laranja

**Benefícios/indicação:** Sexualidade, criatividade

**Contraindicações:** Pessoas ansiosas ou agitadas

**Efeito terapêutico:** Harmonização e prazer



### Amarela

**Benefícios/indicação:** Confiança, autoestima.

**Contraindicações:** Pessoas hiperativas ou irritadiças

**Efeito terapêutico:** Equilíbrio emocional



### Verde

**Benefícios/indicação:** Cura, compaixão, amor

**Contraindicações:** Pessoas apáticas ou depressivas

**Efeito terapêutico:** Restauradora e pacificadora.



### Azul

**Benefícios/indicação:** Comunicação e expressão

**Contraindicações:** Pessoas muito tristes ou deprimidas

**Efeito terapêutico:** Calmante e clarificante.



### Índigo

**Benefícios/indicação:** Intuição e percepção

**Contraindicações:** Pessoas introspectivas

**Efeito terapêutico:** Ampliação da consciência



### Violeta

**Benefícios/indicação:** Espiritualidade; sabedoria

**Contraindicações:** Pessoas muito tristes ou deprimidas

**Efeito terapêutico:** União e elevação espiritual



## Óleos Essenciais Terapêuticos

### Lavanda

**Benefícios:** Relaxante e calmante.

**Contraindicações:** Gestantes no 1º trimestre.

**Efeito Terapêutico:** Equilíbrio emocional.

**Pode ser usado em massagem:** SIM



### Hortelã

**Benefícios:** Estimulante e analgésico.

**Contraindicações:** Hipertensos, epiléticos.

**Efeito Terapêutico:** Refrescante e revitalizante.

**Pode ser usado em massagem:** SIM



### Eucalipto

**Benefícios:** Descongestionante e purificante.

**Contraindicações:** Asmáticos e crianças pequenas.

**Efeito Terapêutico:** Refrescante respiratório.

**Pode ser usado em massagem:** SIM



### Sândalo

**Benefícios:** Relaxante e meditativo.

**Contraindicações:** Problemas renais.

**Efeito Terapêutico:** Equilíbrio e espiritualidade.

**Pode ser usado em massagem:** SIM





## Óleos Essenciais Terapêuticos

### *Cerejeira*

**Benefícios:** Calmante e equilibrante.

**Contraindicações:** Pessoas alérgicas à cerejeira.

**Efeito Terapêutico:** Doce e confortante.

**Pode ser usado em massagem:** SIM



### *Osmantho*

**Benefícios:** Anti-inflamatório e calmante.

**Contraindicações:** Pessoas alérgicas ao osmantho.

**Efeito Terapêutico:** Aconchegante e envolvente.

**Pode ser usado em massagem:** SIM



### *Cananga*

**Benefícios:** Afrodisíaco e relaxante.

**Contraindicações:** Hipotensos.

**Efeito Terapêutico:** Sensual e harmonizante.

**Pode ser usado em massagem:** SIM



### *Lírio*

**Benefícios:** Purificante e regenerador.

**Contraindicações:** Pessoas alérgicas ao lírio.

**Efeito Terapêutico:** Renovador e purificante.

**Pode ser usado em massagem:** SIM





洗心

## Óleos Essenciais Terapêuticos

### *Limão*

**Benefícios:** Detox e energizante.

**Contraindicações:** Exposição solar

**Efeito Terapêutico:** Revigorante e desintoxicante.

**Pode ser usado em massagem: SIM**



### *Laranja Doce*

**Benefícios:** Energizante e antidepressivo.

**Contraindicações:** Exposição solar.

**Efeito Terapêutico:** Alegre e revitalizante.

**Pode ser usado em massagem: SIM**



### *Rosa*

**Benefícios:** Harmonizador e afrodisíaco.

**Contraindicações:** Gestantes no 1º trimestre.

**Efeito Terapêutico:** Romântico e reconfortante.

**Pode ser usado em massagem: SIM**



### *Jasmim*

**Benefícios:** Ansiolítico e elevador de ânimo.

**Contraindicações:** Gestantes no 1º trimestre.

**Efeito Terapêutico:** Tranquilizante e revigorante.

**Pode ser usado em massagem: SIM**





**SHIVA**  
S E N S I N  
洗心  
*Argiloterapia*

### Verde

**Benefícios/indicação:** Detox, controla a oleosidade, equilibra a pele acneica

**Contraindicações:** Peles muito secas ou sensíveis

**Efeito terapêutico:** Desintoxicante, anti-inflamatória e cicatrizante



### Rosa

**Benefícios/indicação:** Calmante, revitalizante e indicada para peles sensíveis

**Contraindicações:** Pivitar em peles extremamente oleosas

**Efeito terapêutico:** Tonificante e regeneradora



### Preta

**Benefícios/indicação:** Desintoxica profundamente e estimula a renovação celular

**Contraindicações:** Peles muito sensíveis

**Efeito terapêutico:** Purificante, rejuvenescedora e estimulante da circulação



### Branca

**Benefícios/indicação:** Clareadora, hidratante e suavizante

**Contraindicações:** Peles externamente oleosas

**Efeito terapêutico:** Cicatrizante e calmante



### Cinza

**Benefícios/indicação:** Firmadora, anti-seborreica e esfoliante suave

**Contraindicações:** Peles muito secas

**Efeito terapêutico:** Reequilibrante e anti-envelhecimento



### Dolomita

**Benefícios/indicação:** Calmante e regeneradora da pele

**Contraindicações:** Peles com alergia a minerais

**Efeito terapêutico:** Anti-inflamatório descongestionante



### Carvão ativado

**Benefícios/indicação:** Detox profundo e controle da oleosidade

**Efeito tendicações:** Peles muito sensíveis ou ressecadas

**Efeito terapêutico:** Purificante e desintoxicante

