

BLOOM IN PORTOFINO



Ancestral techniques for body, mind and soul.

By Laura Canepa



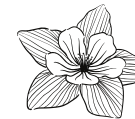
Exclusive Massages



Private yoga Classes



Thai - yoga Massage



Chi nei tsang



Ayurvedic Massage



Massage workshops

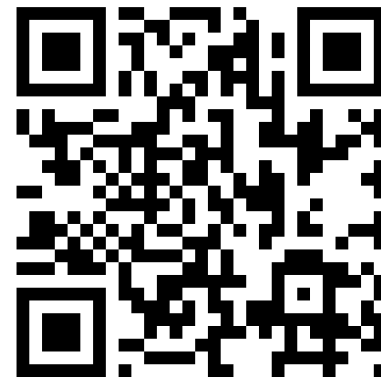


Hiking



*"In Full presence I shall be
listening to the tale of the body,
through my hands
may i reach your soul."*

Website:



*"Un massaggio che racchiude la leggerezza del vento estivo,
la forza delle radici di un albero e
la fluidità delle onde del mare."*

By Laura Canepa



DEEP TISSUE MASSAGE

The ultimate care for deep pressure lovers, this slow and deep massage will melt away - layer by layer- accumulated tension, apply pressure to specific pressure points to leave your body supple and energized.



MASSAGGIO PROFONDO

Il massaggio definitivo per gli amanti della pressione profonda, questo massaggio lento e decontratturante scioglierà - strato dopo strato- la tensione accumulata lasciando il corpo elastico, libero ed energizzato.

THAI YOGA MASSAGE

Carried out on a Tatami mat, this truly Asian Thai-Yoga ritual is the perfect choice to release muscular tension and enhance suppleness. Deep stretching and application of pressure onto the 'Sen' energy points brings the musculo-skeletal system into alignment and offers a liberating sense of ease and lightness to the body.



Realizzato su un futon specifico, questo rituale tradizionale Tailandese é la scelta perfetta per rilasciare la tensione muscolare e migliorare la mobilità. Movimenti di stretching passivo e l'utilizzo di punto di pressione localizzati sulle linee energetiche 'Sen' porterà al corpo una sensazione di libertà e fluidità.





ABHYANGAM

Ayurvedic Massage- Massaggio Ayurvedico

This traditional Indian massage helps to switch off the mind and reconnect with the body through its long, coordinated and fluid massage strokes. By stimulating the energy points called 'Marma' in the Ayurvedic system, the body is rejuvenated.



Questo massaggio ancestrale indiano aiuta a disconnettere la mente e riconnettersi con il proprio corpo grazie ai suoi movimenti fluidi, avvolgenti e perfettamente coordinati. La stimolazione dei punti energetici, detti Marma nel sistema ayurvedico, permetterà un riequilibrio energetico profondo.



CHI NEI TSANG

Abdominal detox massage- Detox addominale

Chi Nei Tsang is an astonishing Chinese technique recommended for people prone to stress, digestive troubles and low back pain. This ritual is focused on the abdomen and the internal organs. Specific pressure, massage and detoxification techniques are applied around the navel area, restoring harmony to the body and removing emotional blocks.



Chi Nei Tsang é un' antica tecnica di massaggio Taoista che si prende cura dell' addome nella sua totalità per liberarlo dalla tensione. Punti di pressione specifici, tecniche detossinanti e riequilibranti si susseguono in un rituale specifico per riportare armonia all' addome e rimuoverne eventuali blocchi energetici.

FEET REFLEXOLOGY

Feet Reflexology is an holistic practice and one of the most precious gifts from the Chinese culture. This foot massage works by stimulating specific pressure points to bring balance and relaxation to the reflex zones that it targets.

Your Feet and body will thank you!



RIFLESSOLOGIA

La riflessologia plantare é una pratica olistica che utilizza la stimolazione ed il massaggio di specifici punti di pressione al fine di portare equilibrio e rilassamento nelle zone riflesse a cui mira. I tuoi piedi ti ringrazieranno!





RELAXING MASSAGE

This Massage is a perfect repairing remedy after a period of intense stress, it uses gentle techniques to bring your mind in a space of relaxation and serenity. The movements are long, soft, rhythmic and enveloping.



MASSAGGIO RILASSANTE

Il perfetto rimedio riparatore dopo un periodo di intenso stress, utilizza tecniche dolci per portare la mente in uno spazio di relax e serenità. I movimenti sono lunghi, ritmati e avvolgenti.

HOT STONES MASSAGE

Basaltic and volcanic stones are warmed and used to massage your body, thanks to the temperature in combination with specific movements the body's circulation is enhanced, the muscles are immediately softened and the skin nourished.



MASSAGGIO HOT STONES

Le pietre basaltiche e vulcaniche vengono riscaldate e utilizzate per massaggiare il corpo, grazie alla temperatura in combinazione con movimenti specifici la circolazione corporea viene potenziata, i muscoli vengono immediatamente ammorbiditi e la pelle nutrita.



DRAINING MASSAGE

This massage is perfect for tired and heavy feeling legs, the movements will be intense and include wringing, kneading, palpate and roll and circular motions to improve the superficial circulation and Oxygenation. The legs feel full of energy, light and reshaped.



MASSAGGIO DRENANTE

Questo massaggio è perfetto per gambe stanche e pesanti, i movimenti saranno intensi e includeranno impastamenti e frizioni e movimenti circolari per migliorare la circolazione superficiale e l'ossigenazione dei tessuti.





AROMATHERAPY MASSAGE

Enjoy the type of massage that you like the most and complement it with the exceptional benefit of Essential Oils! Lavender, Orange, Ylang Ylang, Sandalwood, Mint are just some of many possibilities to add an extra touch to your Well-being.

MASSAGGIO CON AROMATERAPIA

Goditi il tipo di massaggio che più ti piace e completalo con l'eccezionale beneficio degli Oli Essenziali! Lavanda, Neroli, Rosa, Menta e Rosmarino sono solo alcune delle tante note profumate dalle quali potrai essere avvolta per aggiungere un tocco in più al tuo Benessere.

SIGNATURE FACIAL MASSAGE

Nothing is more relaxing for me than a well done facial massage, that is why i created my own! This Facial massage is the result of 10+ Years of experience as a beauty therapist and includes connective tissue releasing techniques in combination with stimulating Japanese inspired movements. Your skin will be tonified and oxygenated!

Niente è più rilassante per me di un massaggio al viso ben fatto, ecco perché ne ho creato uno mio! Questo massaggio è il risultato di oltre 10 anni di esperienza come estetista e include tecniche di rilascio del tessuto connettivo in combinazione con movimenti stimolanti di ispirazione giapponese. Il contorno del viso sarà ridefinito e la pelle ossigenata e ringiovanita.



YOGA

The Hatha-Vinyasa Yoga session begins with 'Pranayama' deep breathing techniques to center the body. Then a series of personalized poses establishes a continuous flow of breathing and movement. Each class ends with a few minutes of meditation aimed at purifying and releasing emotions.

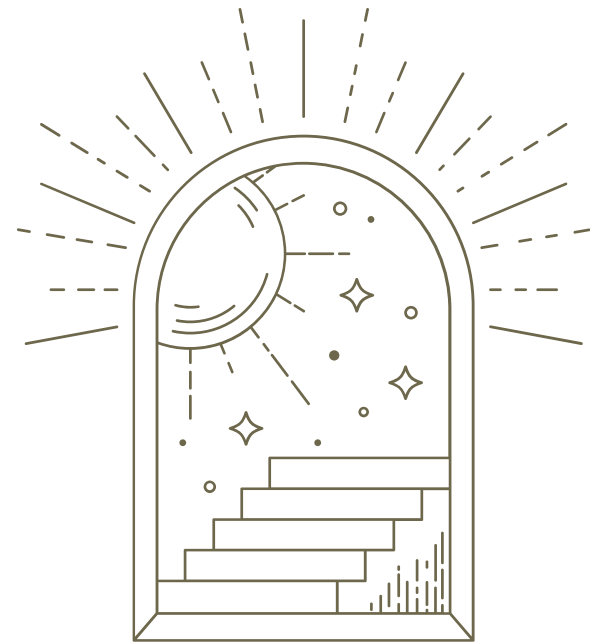
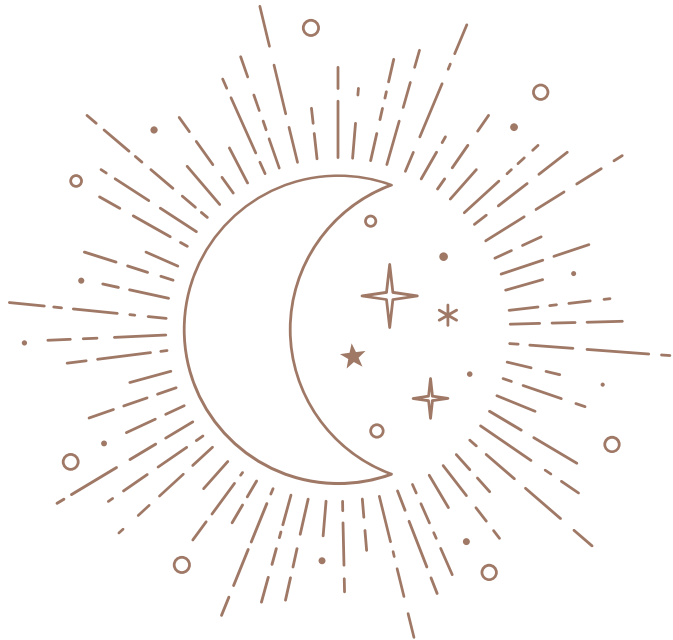


La lezione di Hatha-Vinyasa Yoga inizia con il 'Pranayama': tecniche di respirazione profonda e cosciente per creare connessione con il corpo. Continueremo con una serie personalizzata di pose in armonia con il corpo, stabilendo un fluire continuo tra posizioni e respirazione. Infine termineremo con una meditazione volta a purificare i pensieri e connetterci alle nostre emozioni.



WHY ME:

*When you teach what you love
and share what you know,
you open eyes, minds, hearts and souls
to unexplored worlds.*



PERCHÉ ME:

*Quando Insegni quello che ami
e condividi quello che sai,
apri occhi, menti e anime
a mondi inesplorati.*

GENERAL CONDITIONS

Advance booking: Due to high demands, we highly recommend booking your treatment well in advance to ensure that your preferred time and service are available. To secure your appointment a payment in advance may be requested.

Cancellation Policy: Should you need to cancel or reschedule your appointment, we ask that you provide a 24-hour notice to avoid incurring the full treatment fee. Cancellations made within 24 hours will incur a charge of 100% of the treatment price.

Legal notice: The massages have a wellbeing purpose and are neither of esthetic nor of physiotherapeutic nature. In compliance with the Italian law n. 04/2013

CONDIZIONI GENERALI

Prenotazioni: Per assicurarti il trattamento e l'orario che preferisci è necessario prenotare in anticipo. Per concludere la prenotazione il pagamento potrebbe essere richiesto in anticipo.

Termini di cancellazione: Se hai bisogno di modificare o annullare il tuo trattamento, ti richiediamo di comunicarcelo almeno 24 ore prima. I trattamenti che non vengono annullati almeno 24 ore prima dell'orario previsto saranno addebitati per intero.

Note legali: I trattamenti sono esclusivamente di benessere e NON sono di natura estetica, fisioterapica, riabilitativa, sanitaria o di altre professioni riconosciute. Eseguiti ai sensi della legge n. 4/2013 G. U, n. 22 del 26 gennaio 2013.

BLOOM IN PORTOFINO



www.bloominportofino.com



0039-3487161537



Info@bloominportofino.com

P. IVA: 02813530991