

# TRATTAMENTI OLISTICI PER IL TUO BENESSERE



Body&Mind

*Barbara Canal*

Professionista olistica  
Consulente di aromaterapia



# Barbara Canal

Il mio impegno costante è di trasferire la mia esperienza di cura del benessere fisico, appresa attraverso anni di professione come danzatrice e insegnante di danza contemporanea, attraverso un mio percorso di crescita personale nel mondo dell'Olismo.

Nel 2017 conseguo il diploma come operatrice olistica presso l'accademia Nazionale di massaggio Oligenesi, ed inizio ad esercitare la professione privatamente e collaborando con il centro Esthétique skin lab a Romano d'Ezzelino (VI) e il laboratorio di cosmesi naturale Atelier Nativa a Marano Vicentino.

La passione per l'aromaterapia mi porta ad approfondire lo studio degli oli essenziali attraverso Aromacademy della dott.ssa Monica di Mauro e divento al contempo consulente di doTERRA azienda leader nel settore dei prodotti naturali certificati.

Sono ideatrice di "WhoW" Woman Holistic Wellness un metodo di allenamento al benessere pensato per la donna. Il metodo utilizza le tecniche di respirazione, il movimento organico, l'automassaggio e l'aromaterapia per restituire attraverso l'apprendimento di semplici routine quotidiane, il migliore equilibrio energetico alla persona.

*Tutto il mio operato vuole aiutare chi desidera prendersi cura di sé nel senso più profondo. Per migliorare il benessere della persona e la qualità della vita.*



## TRATTAMENTO

# Relax

Trattamento ad effetto **antistress**. Si eliminano le tensioni muscolari portando il sistema nervoso autonomo a riprendere il suo equilibrio.

---

Stress è una parola che utilizziamo sempre in termini negativi anche se in realtà lo STRESS-BUONO esiste. Anche raggiungere un obiettivo nello studio, nella vita professionale, nello sport ecc, comporta una fatica da cui ne consegue un periodo di stress fisico e psichico. Questo sforzo però generalmente è limitato nel tempo e soprattutto il raggiungimento dell'obbiettivo porta una tale gratificazione che lo stress si trasforma gradualmente in benessere soprattutto a livello emozionale.

Quindi ci piace pensare che lo stress possa essere anche un termine positivo perchè magari è collegato, all'agire, all'essere produttivi, creativi.

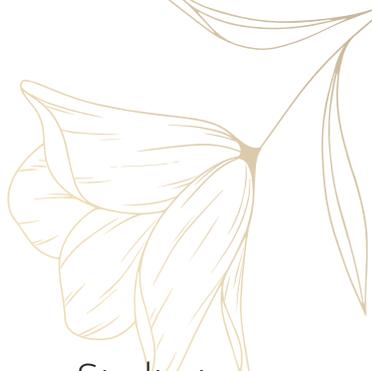
Invece lo stress che accumuliamo nei mesi, negli anni, in situazioni irrisolte, negative, o più semplicemente per i ritmi eccessivi che sosteniamo ogni giorno, va eliminato.

Con questo trattamento ripristiniamo un equilibrio a livello energetico, sciogliamo le tensioni del corpo e della mente.

---

*Durata: 60 Minuti*

*Prezzo: 50 Euro*



## TRATTAMENTO

# Drenante

Trattamento eccellente per contrastare il ristagno dei liquidi. Concilia la tecnica classica del massaggio drenante con le attuali filosofie olistiche.

Offre benefici non solo dal punto di vista scientifico, ma anche da quello olistico ed energetico, stimolando la circolazione linfatica.

Le manovre dolci, ritmiche e lente di questo trattamento agiscono sulla circolazione linfatica.

Gli effetti del massaggio, andando a stimolare l'aumento della velocità di scorrimento della linfa, sono davvero molto importanti per il benessere del nostro organismo, eccone alcuni:

- Aumento delle difese immunitarie  
rafforza il nostro organismo per combattere agenti patogeni esterni o semplicemente lo stress
- Antiedematoso  
per risolvere gonfiori a gambe anche in gravidanza e in sindrome premestruale, a braccia e viso
- Rilassante  
migliora ed attiva l'automatismo della muscolatura viscerale stimolando il sonno profondo
- Estetico  
tonifica la muscolatura, ha un effetto anticellulite e combatte gli stati adiposi della pelle oltre a donare lucentezza alla pelle di tutto il corpo

*Durata: 60 Minuti*

*Prezzo: 55 Euro*



Body&Mind

TRATTAMENTO

# Decontratturante

Richiama le manovre tipiche del massaggio svedese con un taglio prettamente psicosomatico ed emozionale.

---

Le contratture e gli inestetismi vengono trattati dal punto di vista anatomico-funzionale, con manovre modellanti e tonificanti o decontratturanti, ma anche da quello olistico ed energetico.

Le manualità energiche e profonde di questo trattamento sciolgono le tensioni muscolari ed eventuali contratture permettendo il ripristino dell'equilibrio anche a livello energetico.

Questo trattamento è consigliato anche per chi fa sport e desidera prevenire traumi o dolori muscolari.

E' anche un ottimo trattamento modellante

---

*Durata: 60 Minuti*

*Prezzo: 60 Euro*



## TRATTAMENTO

# Metamerico

E' un trattamento molto efficace, che va a lavorare in profondità e produce benefici in tutto il corpo allentando le tensioni.

I metameri sono delle fasce orizzontali che si trovano sulla zona dorsale, sono attraversate del sistema nervoso simpatico e corrispondono agli organi interni. Queste fasce identificative di parti del sistema nervoso registrano tutte le emozioni che tratteniamo dentro di noi.

Le emozioni trattenute hanno la capacità di mandare in tilt queste fasce che reagiscono proteggendosi ( ad esempio con accumuli di adipe nella zona lombare o cervicale), manifestando dolore, oppure irrigidendosi ( la fascia appare tesa). Le emozioni, e quindi il nostro vissuto, scorrono sul nostro corpo attraverso il sistema nervoso e si ripercuotono poi sui vari organi.

Attraverso le manovre di scollamento, è possibile intervenire anche su problematiche specifiche (dolori articolari, mal di schiena, dolori addominali, inestetismi del viso come acne, follicolite, couperose, occhiaie, e del corpo come cellulite, vene e capillari, smagliature). Anche questo trattamento è sempre un lavoro sul flusso di energia che deve scorrere in modo equilibrato per evitare la comparsa di disturbi, disagi e malattie, proprio come il concetto base della medicina cinese, per cui la salute dell'individuo è il risultato dell'equilibrio energetico.

*Durata: 60 Minuti*

*Prezzo: 60 Euro*



Body&Mind

## TRATTAMENTO

# Ayurvedico

Agisce in maniera profonda sul sistema nervoso, introducendo uno stato di benessere generale, a livello fisico ed emotivo, influenzando il sistema immunitario.

Rituale particolarmente indicato per un effetto rilassante e al contempo rivitalizzante.

Secondo il pensiero indiano, i massaggi che comportano l'uso di oli comportano i benefici maggiori.

Questo rituale ayurvedico è un trattamento molto rilassante e riequilibrante a livello energetico, l'olio usato in abbondanza e certificato bio è arricchito da oli essenziali puri di grado terapeutico che supportano le manualità con grande piacevolezza con un potente effetto aromaterapico.

Ecco i benefici del nostro rituale ayurvedico:

- rimuove la stanchezza ed il senso di "pesantezza fisica"
- elimina l'energia negativa accumulata nel corpo
- conferisce alla pelle maggiore tono e lucentezza
- migliora in senso generale le funzioni corporee
- induce a riposare bene e ad avere un sonno regolare
- alza le difese immunitarie
- migliora la circolazione dei fluidi corporei
- favorisce l'eliminazione delle tossine in eccesso
- riporta il corpo nella condizione di equilibrio e ordine psicofisico ed energetico

*Durata: 75 Minuti*

*Prezzo: 60 Euro*



## TRATTAMENTO

# Gravidanza

Trattamento olistico specifico per i diversi periodi della gravidanza.

Attraverso tecniche di respirazione, massaggio e riflessologia, dona grande benessere alla futura mamma.

Il trattamento contrasta i possibili disturbi che si possono presentare per la donna in questo momento delicato.

Le manualità e le tecniche di questo trattamento variano a seconda del trimestre della gravidanza in cui si trova chi lo riceve.

Gli effetti positivi del trattamento olistico in gravidanza sono davvero molti:

- allevia dolori alle gambe e alla schiena
- migliora il sonno e il riposo
- migliora le funzioni del sistema immunitario
- riduce la tensione muscolare e il mal di testa
- riduce il gonfiore e migliora la circolazione
- riduce l'ansia
- migliora l'ossigenazione dei tessuti

Gli oli che utilizziamo sono completamente naturali e scelti con estrema cura per poter anche prevenire alcuni inestetismi della pelle, ma in totale sicurezza per la mamma e per il piccolo.



*Durata: 60 Minuti*

*Prezzo: 50 Euro*



TRATTAMENTO

# Cranio Sacrale

Ottimo trattamento di controllo e di prevenzione.

Aiuta a migliorare la postura, lo stato dei muscoli, dell'apparato gastro enterico e della respirazione.

---

Favorisce attraverso un tocco leggero delle ossa craniche e della colonna vertebrale, il riequilibrio dell'impulso ritmico craniale.

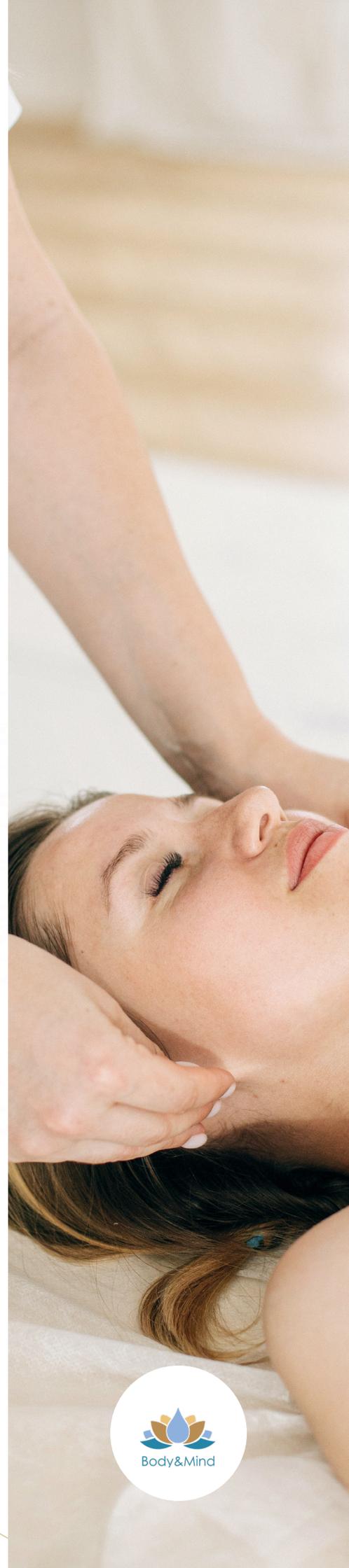
Seduta dopo seduta il meccanismo respiratorio primario tende verso uno stato di sempre maggiore equilibrio.

Il Trattamento Cranio Sacrale è ottimo per il controllo dell'ansia e per curare alcuni disturbi dovuti a ripetute o prolungate situazioni di stress.

---

*Durata: 45 Minuti*

*Prezzo: 50 Euro*



# PER SAPERNE DI PIÙ



CONTATTAMI AL NUMERO  
**+39 349 5688739**



SCRIVIMI UNA MAIL  
**barbara@barbaracanal.it**



SEGUIMI SU FACEBOOK  
**BodyMindBenessereOlistico**



SEGUIMI SU INSTAGRAM  
**@bodymind\_wave**



ISCRIVITI AL CANALE  
**Barbara Canal I Body&Mind**



VISITA IL NOSTRO SITO  
**<https://barbaracanal.it/>**

