

**REGALA
E REGALATI
UN PENSIERO
DI “benessere”**

Noi di **Semi di Yug**, crediamo che un regalo di benessere sia un **regalo ponderato** ed un **pensiero speciale**.

Potrete acquistare direttamente da noi un **buono da regalare e/o da regalarvi** (in formato cartaceo o pdf). La scelta è vasta!

Oltre ai nostri servizi **Yoga**, con i vari **abbonamenti**, **lezioni singole, gruppo, private** e **lezioni famiglia** avrete anche la possibilità di scegliere tra vari trattamenti olistici come:

Ayurveda, Shiatsu, massaggio Lomi Lomi Nui, Riflessologia plantare, Massaggio al viso Kobidō, Naturopatia, consulenza Fiori Bach, massaggio Thai, Osteopatia, Tecnica Vibrazionale e **Consulenza Ostetrica, Psicologica e Psicoterapeutica** e tra tutti i **trattamenti dedicati alla gravidanza e al post parto**

Potrete anche acquistare un **buono generico**, indicando la cifra a vostra disposizione o farvi consigliare da noi per un buono personalizzato a seconda dei vostri gusti o della persona a cui vorrete regalarlo

UN PENSIERO
DI *“benessere”*

prezzi YOGA

A seguire trovate le proposte abbonamento, lezioni singole, individuali e famiglia, ma non esitate a contattarci per opzioni personalizzate.

	<i>live</i>	<i>online</i>	<i>live/online</i>
MENSILE			
1 / SETTIMANA	€ 57	€ 35	
2 / SETTIMANA	€ 85	€ 52	€ 73
3 / SETTIMANA		€ 57	€ 98
ALL YOU CAN YOGA		€ 69	
TRIMESTRALE			
1 / SETTIMANA	€ 150	€ 75	
2 / SETTIMANA	€ 230	€ 120	€ 171
3 / SETTIMANA		€ 138	€ 200
ALL YOU CAN YOGA		€ 158	
GRAVIDANZA			
MENSILE - 1 / SETT	€ 59	€ 40	
MENSILE - 2 / SETT	€ 95	€ 58	€ 84
TRIMESTRALE - 1 / SETT	€ 161	€ 96	
TRIMESTRALE - 2 / SETT	€ 250	€ 155	€ 190

prezzi YOGA

	<i>live</i>	<i>online</i>
LEZIONE SINGOLA	€ 16	€ 11
LEZIONE INDIVIDUALE	€ 50	€ 45
LEZIONE INDIVIDUALE (Pacchetto 5 Lezioni)	€ 225	€ 200
LEZIONE FAMIGLIA	€ 80	€ 70
LEZIONE FAMIGLIA (Pacchetto 5 Lezioni)	€ 350	€ 300
CARNET 5 INGRESSI (validità 3 mesi)	€ 75	€ 46
CARNET 10 INGRESSI (validità 6 mesi)	€ 135	€ 85

Le lezioni singole sono in gruppo negli orari da calendario.

Le lezioni individuali sono one to one con l'insegnate.

Le lezioni famiglia, sono momenti da condividere con chi desideriamo, per un massimo di 4 partecipanti

(Ideali per occasioni speciali o per creare dei momenti speciali)

prezzi **OLISTICI**

A seguire trovate le **proposte dei "singoli incontri"** dei vari operatori, ma **non esitate a contattarci o a contattarli per scoprire eventuali pacchetti o promo**

AYURVEDA

con **Arcangela - 339 634 2159**

Massaggio ayurvedico classico - 70 minuti	€ 60
Massaggio linfodrenante ayurvedico - 90 minuti	€ 80
Massaggio in gravidanza - 70 minuti	€ 60
Hot Stone massage - 90 minuti	€ 80

ASTROLOGIA OLISTICA

con **Rino - 333 617 0657**

lettura del tema natale e astrologia - 90 min	€ 90
---	------

LOMI LOMI NUI

con **Federica - 333 748 4795**

Massaggio Lomi Lomi Nui - 60 min	€ 80
Massaggio gravidanza (o prenatale) - 50 min	€ 70
Massaggio viso/testa aromaterapico - 50 min	€ 55

KOBIDŌ e TRATTAMENTI OLISTICI

con **Manuela - 333 207 4302**

Relax Aromatherapy - 50 min	€ 60
Candle Massage - 50 min	€ 70
Decontratturante - 50 min	€ 60
Kobidō - 50 min	€ 65

OSTEOPATIA

con **Fabio** - 340 243 0668

Seduta di osteopatia - 50 min € 70

OSTEOPATIA PEDIATRICA E IN GRAVIDANZA E CONSULENTE ALLATTAMENTO IBCLC

con **Elisa** - 346 146 0208

Seduta di osteopatia - 60 min € 70

Consulenza allattamento - 90 min € 90

CONSULENZA OSTETRICA

con **Giulia** - 333 879 9765

Visita in gravidanza o postparto € 110

Incontro di preparazione al parto € 90

Trattamento ostetrico o massaggio - 60 min € 70

CONSULENZA PSICOLOGICA

con **Alessandra** - 335 569 2799

Colloquio psicologico clinico - 60 min € 60

Percorso di Training Autogeno da definire

Laboratorio psicologico da definire

CONSULENZA PSICOLOGICA

con **Barbara** - 333 523 6990

Colloquio clinico (*individuale o di coppia*) - 50 min € 60

Percorso *Il Parto Positivo Neuroscienze é Hypnobirthing* € 200

PSICOTERAPIA

con **Camilla** - 348 739 0024

Psicoterapia individuale	€ 85
Psicoterapia di coppia	€ 100

NATUROPATIA E MASSAGGIO THAI

con **Samantha** - 346 525 3116

Consulenza naturopatica - 50 min	€ 60
Massaggio thai completo - 50 min	€ 60
Massaggio personalizzato - 60 min	€ 60

RIFLESSOLOGIA PLANTARE e FIORI DI BACH

con **Federica** - 345 385 7426

Seduta riflessologia plantare - 60 min	€ 50
Riequilibrio emozionale con i fiori di Bach - 60 min	€ 50
Costellazioni familiari individuali - 90 min	€ 65

TECNICA VIBRAZIONALE

con **Chiara** - 39 137 974 58

Training olistico - 90 min	€ 70
----------------------------	------

SHIATSU

con **Sara** - 371 468 2540

Trattamento Shiatsu - 50 min	€ 60
Trattamento Shiatsu Gravidanza - 50 min	€ 60
Consulenza di Baby Shiatsu - 50 min	€ 60

un regalo per te,
per immergerti in questo mondo
di yoga ed olismo,
di respiri e di asana, d'incensi
e di oli, di massaggi e mantra.

UN PENSIERO
DI "benessere"

Corso Stati Uniti 57 . 10129 . Torino
www.semidiyug.com . info@semidiyug.com
+39 379 144 4497