

排毒理疗简介：

疗程特为有排毒、内清洁需求的人群设置，是实现健康身心目标的第一步。这套简单有效的排毒解毒疗程特搭配裸心行政总厨设计的健康解毒套餐，包括多样的全身疗法，帮助清理你的身体，思绪和心灵。

在疗程之外，您还可以在散步或骑车中享受莫干山沁人心脾的自然美景，或参与清晨瑜伽，找寻心中的平衡。

通过此疗程可提升健康水平，包括身体内在平衡，以及精神和身体活力的增强。



排毒理疗

裸叶水疗中心

多种全身疗法
帮助您进行身体内清洁，在
按摩、美体疗程中放松紧张
的神经

专业理疗



裸心谷拥有专业人员提供私人健康咨询和专业的排毒理疗套餐

SK9- 超级身体塑形
(蜂窝组织护理专家)

清肠疗法
(体内消化道清洁疗法)



排毒按摩

排毒按摩是现在很流行的一种概念，是通过穴位按摩跟针灸来帮助身体解毒。这种按摩技术已经存在了5000多年，现在已经是一种高效率的解毒疗法。

排毒按摩可以帮助刺激血液循环。它着重帮助血液跟连接组织的交换，还可以帮助促进肌肉的血液流通。



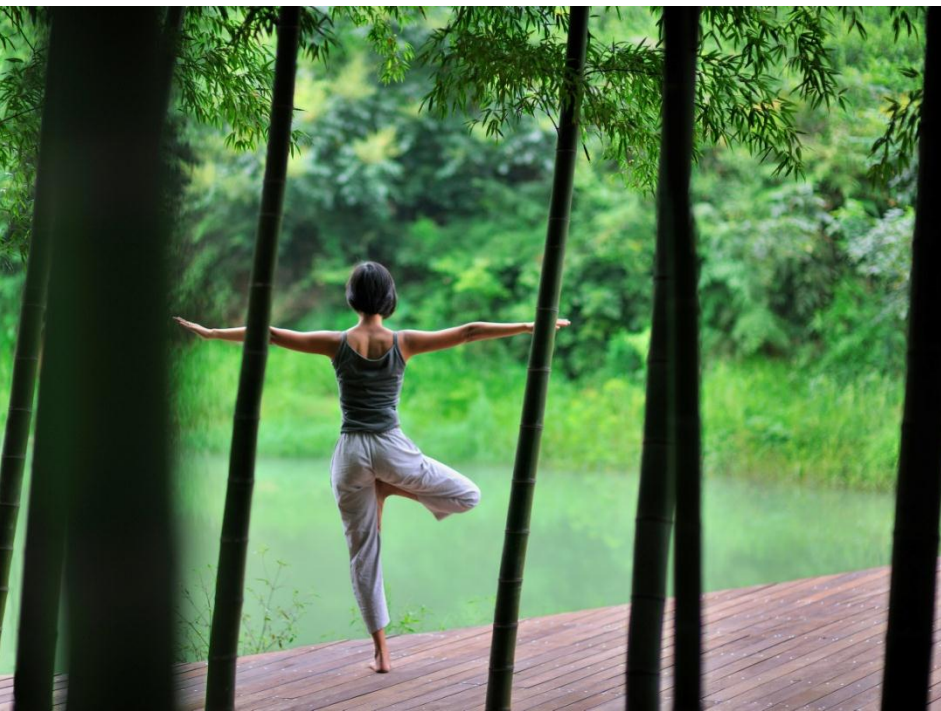


玫瑰精华面部护理

此项护理用玫瑰的天然修复因子，可刺激皮肤血液循环，促进肌肤细胞再生，给您的皮肤带来由里到外天然的光彩。



热瑜伽



瑜伽可以帮助解毒：大量的排汗可以帮助皮肤清除皮肤的毒素并放松身体，提高呼吸频率，这样可以更好的集中精神。

三日排毒食谱

裸心行政主厨设计



下午茶

抹茶饼干

迷你水果盘

姜茶

晚餐

意大利宽面配自制干小番茄，时令蔬菜及香草油醋汁

红茶



第二天

早餐

经典瑞士什锦麦片

水波蛋

青苹果黄瓜苦瓜梨果汁

午餐

碳烤时令鲜蔬配香醋汁

下午茶

蔓越莓饼干

迷你水果盘

薄荷茶

晚餐

慢烤三文鱼配蒸时蔬

绿茶



第三天

早餐

豆浆燕麦粥

水煮蛋

猕猴桃菠萝苹果汁

午餐

红菜飞达芝士沙拉

