



gli operatori di Centro Natura

Marta Miniucchi



Da oltre 20 anni mi occupo del benessere delle persone attraverso l'insegnamento di discipline corporee come il Pilates e il Garuda.

Negli ultimi tempi ho voluto ampliare le mie competenze per aprirmi alla possibilità di una cura più completa associando il lavoro di insegnante a quello di operatrice del benessere attraverso lo studio di tecniche olistiche di massaggio e trattamenti come il massaggio classico Svedese, rilassante, antistress o decontratturante e il Kobido, antico massaggio giapponese del viso.

I trattamenti corpo e viso saranno proposti con olii naturali o con prodotti più specifici nutrienti, idratanti o sfiammanti a seconda del piacere o della necessità.

Credo in una vita sana attraverso l'esercizio fisico e la cura di noi stessi, dal corpo alla mente, per essere belli, liberi, forti e in equilibrio.

Il nostro corpo si esprime attraverso il movimento e attraverso di esso possiamo curare noi stessi e prenderci cura degli altri.