



Entorno natural para el bienestar integral

Un espacio rodeado de vegetación y agua representa la búsqueda de equilibrio entre cuerpo, mente y ambiente, uno de los principios centrales del Ayurveda.

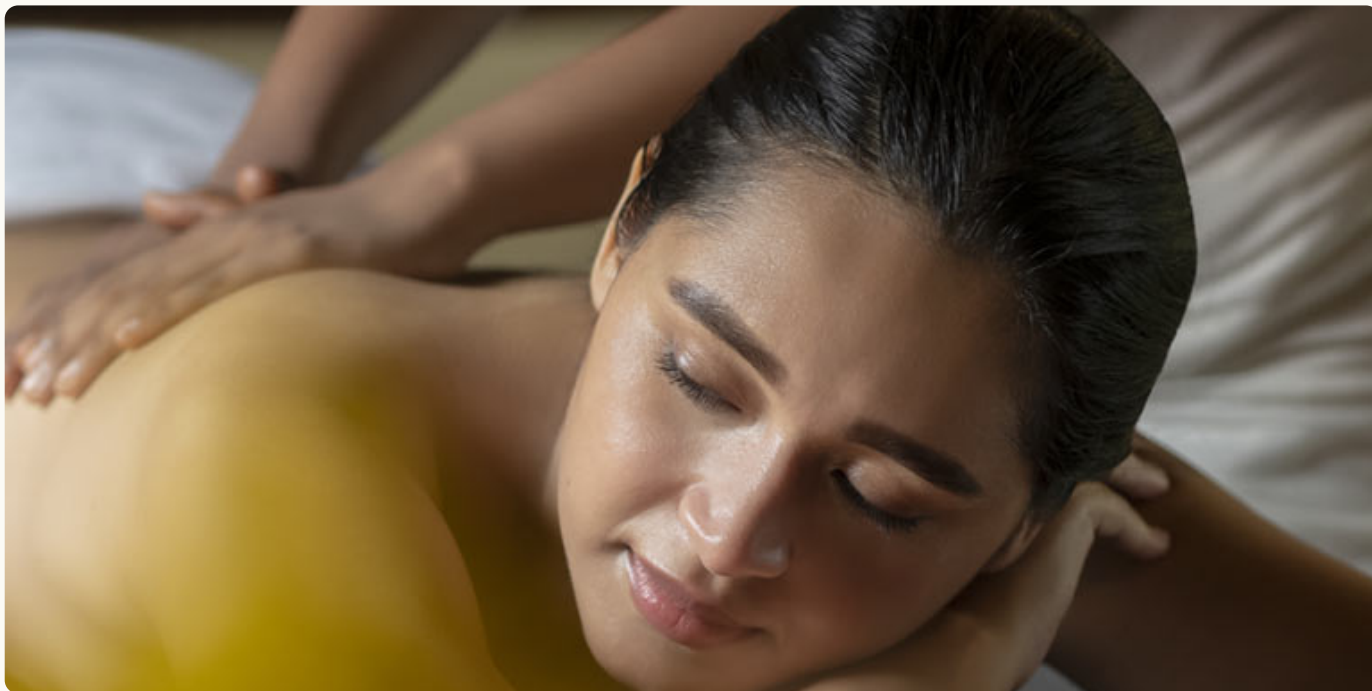
Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Relajación y preparación para el masaje

La calma previa a una terapia corporal ayuda a favorecer la respiración consciente, la relajación muscular y una experiencia de cuidado integral.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Masaje ayurvédico con aceites

La aplicación manual de aceites forma parte de técnicas como el Abhyanga, orientadas al bienestar corporal y al acompañamiento de rutinas saludables.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Espacio terapéutico en armonía con la naturaleza

Los ambientes tranquilos, ordenados y conectados con elementos naturales favorecen la concentración, el descanso y las prácticas de equilibrio mente-cuerpo.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Técnica tradicional Shirodhara

El vertido continuo de aceite tibio sobre la frente es una práctica tradicional ayurvédica asociada a la relajación profunda y al cuidado del bienestar mental.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Preparación del espacio de atención

Una sala limpia, serena y correctamente preparada permite desarrollar masajes y terapias de forma organizada, respetuosa y confortable para cada persona.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Aplicación controlada de aceite

La observación de la temperatura, el ritmo y la cantidad de aceite resulta fundamental para realizar procedimientos tradicionales con cuidado y precisión.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Masaje corporal Abhyanga

El masaje con aceite utiliza movimientos continuos y coordinados. Su aprendizaje incluye preparación, postura, secuencias manuales y atención a las necesidades individuales.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Terapia con compresas herbales

Las bolsas de hierbas templadas se emplean en prácticas corporales tradicionales. Su preparación exige conocer ingredientes, temperatura y técnicas seguras de aplicación.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort



Bienestar mediante técnicas manuales

Las terapias ayurvédicas combinan contacto manual, aceites y rutinas de relajación, integrándose con alimentación, respiración, yoga, meditación y plantas medicinales.

Fotografía de referencia - Fuente: Kumarakom Lake Resort