

QUIeORA Positivamente

EMANUELE

Operatore olistico
mail emanuele.daniele.anim@gmail.com

cell. 370 15 09 220



Emanuele Quieora

STUDIO MILANO

presso Centro Olistico Montesanto
Metropolitana M3 (gialla) fermata Repubblica

GIORNI e ORARI

MARTEDI dalle 10:00 alle 23:00
MERCOLEDÌ dalle 10:00 alle 23:00

PRENOTAZIONI

sul sito internet UALA.it



METODO PAGAMENTO:

ONLINE, CONTANTI, CARTE, BANCOMAT,
BONIFICI BANCARI, QR, SATISPAY e APP.



quieora.milanotrattamenti



quieorapositivamente

www.quieorapositivamente.com

ALTRE SEDI

CHIERI presso Centro Shiatsu di Luciana FLesia
vicolo del Portone 4, Chieri

MELEGNANO presso Studio Il Faro
via Gramsci 22, Melegnano

Porgete il vostro orecchio all'aria.
Voi potete udirla, percepirla, sentire i
profumi, gustarla.

Aria benedetta il cui soffio rinnova tutto.
Lo spirito, la vita, il respiro, la rinascita,
ecco tutto ciò che significa. Noi ci mettiamo
a sedere, nulla ci tocca ma comunque
qualcosa è lì.

La avvertiamo tra di noi, come una
presenza. Un buon modo di cominciare a
pensare alla Natura è parlare di lei.

John Lame Deer



METTIAMO IN GIOCO LE EMOZIONI

CATALOGO 2021

Aromaterapia Emozionale Meditazioni e Yoga

Aggiornamento SETTEMBRE
STUDIO DI MILANO

AROMATERAPIA

AROMATERAPIA EMOZIONALE

Sessione attiva con gli oli essenziali per un'azione di equilibrio e benessere dello stato emozionale e mentale, attraverso la stimolazione olfattiva per promuovere la consapevolezza e l'espressione libera delle emozioni associative.

durata 75 minuti costo 60,00

AROMATERAPIA VIBRAZIONALE

Sessione passiva in cui si utilizzano le vibrazioni energetiche degli oli essenziali per armonizzare ed equilibrare i punti energetici e la struttura del corpo.

durata 60 minuti costo 40,00 euro

AROMATEST - STRESS LEVEL

Colloquio di consulenza su ogni piano olistico con test olfattivo per un lavoro di check-up mirato ad individuare il livello di stress nel corpo e l'origine del dispendio energetico che porta tale sensazione.

durata 90 minuti costo 70,00

FIORE DI SE' - PERSONALITY TEST

Test creativo attraverso l'olfatto per individuare le caratteristiche e i temi principali della personalità nel QUeORA con collegamenti agli elementi della natura. Adatto anche alle coppie e ai bambini.

durata 70 minuti costo 60,00 euro

STARTEST

Breve test olfattivo per individuare le caratteristiche principali della persona a livello energetico, emozionale e vibrazionale nel QUeORA, effettuato prima di ogni trattamento che prevede l'utilizzo di Oli essenziali.

durata 10/15 minuti costo FREE euro

YOGA NIDRA

SESSIONE BASE

sessione individuale con una tecnica creata da un maestro indiano contemporaneo, Swami Satyananda Paramahansa, il cui obiettivo è infondere una consapevolezza molto elevata nelle varie parti del corpo, attraverso rituali tantrici.

durata 75 minuti costo 45,00 euro

ELEMENTO TERRA

percorso di tre sessioni individuali di yoga nidra base il cui obiettivo è lavorare sul radicamento, sulla famiglia di origine, il nutrimento della terra, il cammino per obbiettivo, la sicurezza e la stabilità.

durata 3 incontri costo 115,00 euro

ELEMENTO ACQUA

percorso di tre sessioni individuali di yoga nidra base il cui obiettivo è lavorare sulla creazione, l'abbandono e la fiducia, sull'immagine e accettazione di sé, lo spirito e la mente, la purificazione e l'equilibrio tra maschile e femminile.

durata 3 incontri costo 115,00 euro

ELEMENTO FUOCO

percorso di tre sessioni individuali di yoga nidra base il cui obiettivo è lavorare sul corpo, sull'equilibrio dare e ricevere, la centratura, sull'anima e sulla meditazione, sulla natura e la realizzazione personale.

durata 3 incontri costo 115,00 euro

ELEMENTO ARIA

percorso di tre sessioni individuali di yoga nidra base il cui obiettivo è lavorare sull'espressione personale, il respiro vitale, il nutrimento e amore per se stessi, l'abbandono, l'amore incondizionato, i sentimenti

durata 3 incontri costo 115,00 euro

INFO: Per praticare questa forma di yoga non c'è bisogno di assumere posture complicate: ci si sdraia a terra su un materassino o un tappetino, a occhi chiusi, e si viene guidati dalla voce dell'insegnante in un'esperienza profonda a vari livelli dell'essere.

MEDITAZIONE

GROUNDING

sessione di ascolto attivo personale e interpersonale con esercizi personalizzati per ristabilire il contatto dei piedi con il terreno. Un lavoro guidato per spostare il centro di gravità e il punto di vista sulle cose, imparare a percepire e liberare la carica energetica che spesso accumuliamo sulle gambe e sui piedi con lo scopo di migliorare la percezione di Sé, del proprio coraggio, entrare in contatto con la realtà in maniera più integrata e responsabile.

durata 90 minuti costo 60,00 euro

KUNDALINI YOGA

tecnica di meditazione dinamica che consente di sperimentare, in piena consapevolezza, nuovi stati di coscienza, accompagnati da una serie di fenomeni di natura fisica, sensoriale e percettiva. Durante l'esercizio si è in grado di raggiungere uno stato di benessere completo, un senso di gioia e armonia incondizionata.

durata 75 minuti costo 45,00 euro

RITUALE DEL SILENZIO SENSORIALE

tecnica di meditazione recettiva o passiva attraverso la percezione del silenzio sensoriale con lo scopo di lavorare sull'assenza di pensieri e permettere alla mente di raggiungere un livello di consapevolezza svincolato dal dialogo interiore spesso coinvolto in frequenze di turbolenza e disturbato da attività mentale caotica e confusionaria.

durata 75 minuti costo 50,00 euro

RESPIRAZIONE

sessione di respirazione profonda e naturale che coinvolge tutto il corpo lavorando a fondo sulle ferite dell'anima. Lo scopo non si ferma sul respiro ma si innesca un dialogo e ascolto attivo rendendo la persona più consapevole di come sta (o non sta) respirando, allentando quelle tensioni che le impediscono un respiro pieno e spontaneo.

durata 60 minuti costo 60,00 euro