

# BENVENUTO E BENVENUTA

"The more you like yourself, the less you are like anyone else,  
which makes you unique"

*Walt Disney*



## EMANUELE DANIELE

### Terapie Alternative e Complementari

## WELLNESS - MASSAGGI


Massaggiatore del benessere Olistico Emozionale  
Aromaterapeuta Emozionale e del riequilibrio Energetico  
Terapista Mindfulness-Based Stress Reduction  
Trainer Meditazione energetica ed emotiva  
Operatore del Respiro e Contemplazione Spirituale


Docente nazionale del massaggio olistico



### STUDIO MILANO

via Giulio e Corrado Venini 14D  
Aperto con appuntamento  
da lunedì a venerdì  
dalle 11:00 alle 22:00

 quieora.benessere olistico  
whatsapp 3701509220

[www.quieorapositivamente.com](http://www.quieorapositivamente.com)  
 quieora positivamente

[www.treatwell.com/salone/quieora-positivamente](http://www.treatwell.com/salone/quieora-positivamente)



# FONDATORE EMANUELE

[www.quiorapositivamente.com/emanuele](http://www.quiorapositivamente.com/emanuele)

Sono Emanuele e il mio viaggio nel mondo delle discipline olistiche è stato alimentato dalla passione per aiutare gli altri e dalla profonda convinzione che il benessere fisico, mentale ed emotivo sia alla base di una vita appagante e significativa.

Fin dall'inizio della mia carriera, ho sentito il richiamo di un approccio che va oltre il semplice trattamento fisico, abbracciando l'intera esperienza umana. Attraverso anni di studio e pratica, ho affinato le mie competenze in ambiti come l'aromaterapia, i massaggi olistici e la meditazione, cercando sempre di offrire ai miei clienti un ambiente accogliente e stimolante per il loro benessere.

Venire a fare massaggi o a partecipare a sessioni di meditazione con me non è solo una pausa dalla frenesia della vita quotidiana, ma è anche un'opportunità per esplorare e riconnettersi con se stessi su un livello più profondo.

I massaggi olistici non solo rilassano i muscoli e alleviano lo stress, ma favoriscono anche il flusso di energia nel corpo e stimolano il processo di guarigione naturale. Ogni tocco è intriso di cura e attenzione, mirando a sciogliere tensioni fisiche e emotive e a promuovere un senso di equilibrio e armonia interiore.

Venire da me non significa solo concedersi un momento di relax e rigenerazione, ma anche investire nel proprio benessere a lungo termine. Ogni incontro è un'opportunità per accogliere il cambiamento, per abbracciare la propria unicità e per coltivare una relazione amorevole con se stessi e con il mondo che ci circonda.

Ti invito a prenderti cura di te stesso e a esplorare le infinite possibilità di crescita e guarigione che risiedono dentro di te. Sono qui per accompagnarti in questo viaggio, con tutto il mio cuore e la mia dedizione. Scegli di investire in te stesso oggi e preparati a scoprire il potenziale illimitato della tua bellezza interiore. Sono qui per te, pronto ad accoglierti con amore e rispetto, e a guidarti verso una vita di gioia, pace e realizzazione.



# METODO QUIEORA

[www.quieorapositivamente.com/metodoquieora](http://www.quieorapositivamente.com/metodoquieora)

Il Metodo QUIeORA è un protocollo di lavoro che rappresenta un approccio terapeutico alternativo e complementare alle terapie classiche, completo e altamente professionale, mirato a offrire una serie di **benefici tangibili** per il benessere integrale.

Il Metodo QUIeORA si distingue per essere un percorso strutturato e mirato, fondato su anni di esperienza e ricerca nel campo delle discipline olistiche sempre in continua aggiornamento e al passo con i tempi. Il protocollo è basato su un approccio metodico e olistico integrando una serie di tecniche comprovate e strategie terapeutiche per favorire il **benessere fisico, mentale ed emotivo**.

I valori principali del Metodo QUIeORA si concentrano su un viaggio interiore profondo e trasformativo, dove chi lo segue attraverso sessioni individuali, di coppia o di gruppo, viene accompagnato consapevolmente a:

- **Ascoltare se stesso/a:** attraverso pratiche di meditazione, mindfulness e yoga, si impara a sintonizzarsi con le proprie esigenze interiori, ascoltando la voce autentica del proprio essere e del proprio bambino interiore.
- **Vivere la propria essenza:** grazie a un ambiente sicuro e accogliente, è possibile esplorare e liberarsi da blocchi emotivi e mentali, attraverso la pratica "del fare insieme", aprendo così la strada a una maggiore chiarezza e vitalità.
- **Riscoprire le emozioni, lo stupore, l'armonia e l'equilibrio:** il metodo favorisce una profonda riconnessione con le emozioni e con il senso di meraviglia e gratitudine per la vita, portando così ad un senso di armonia e equilibrio interiore.
- **Accettare se stessi:** attraverso pratiche di consapevolezza e realizzazione, si impara ad accettarsi senza giudizio, con tutte le sfaccettature e imperfezioni e riconoscendo i valori personali e autentici
- **Accogliere l'altro con lo stesso amore:** il protocollo non si limita all'individuo, ma incoraggia anche l'andare oltre e la condivisione amorevole con gli altri, creando connessioni significative e relazioni più autentiche.

In particolare, il Metodo QUIeORA offre uno spazio sicuro e amorevole per esplorare e abbracciare la bellezza di ogni istante, per percepire e assaporare l'energia vitale che permea ogni aspetto della vita, e per evolversi in modo completo e integrato, sia fisicamente, mentalmente, emotivamente che spiritualmente.



## TRATTAMENTI HAMMAM PARZIALI

Immergersi in un viaggio di autentica connessione con te stessi e con gli altri. Ispirati ai bagni tradizionali del Medio Oriente e del Nord Africa, i nostri rituali di benessere offrono molto più che semplici cure fisiche; sono un invito ad ascoltare il proprio corpo, accettarsi e prepararsi ad accogliere l'altro con apertura e gentilezza.

Attraverso scrub esfolianti, applicazioni di terre e argille, e massaggi rilassanti in un ambiente caldo, i nostri trattamenti hammam mirano a pulire la pelle, ridurre lo stress e promuovere il rilassamento. In questo spazio il cliente è incoraggiato a respirare profondamente, a lasciarsi trasportare dalla sensazione di calore, e a abbracciare il momento presente con gratitudine e consapevolezza. È un'opportunità per ascoltare i bisogni del proprio corpo, per accettare se stessi con tutte le proprie imperfezioni e per prepararsi ad accogliere l'altro con un cuore aperto e compassionevole.

Ogni trattamento hammam è un invito a rallentare, a riconnettersi con il proprio essere interiore e a coltivare un senso di equilibrio e armonia. È un momento per nutrire non solo il corpo, ma anche l'anima, permettendo a ogni individuo di ritrovare la propria serenità e vitalità interiore.

## TRATTAMENTI AYURVEDICI

I trattamenti ayurvedici si ispirano alla millenaria scienza della vita, l'Ayurveda, una medicina tradizionale indiana che ha lo scopo di promuovere l'equilibrio e l'armonia tra mente, corpo e spirito. Attraverso massaggi localizzati con oli specifici, avvolgimenti, applicazioni di erbe o impacchi, questi rituali di benessere offrono molto più che semplici cure fisiche; sono un viaggio di riconnessione con se stessi e di ricerca dell'equilibrio interiore.

Ogni trattamento ayurvedico è progettato per equilibrare aree specifiche del corpo, alleviando tensioni e promuovendo il benessere a livello fisico, emotivo e spirituale. In questo spazio il cliente è incoraggiato a lasciarsi andare, a lasciare che le energie fluttuino liberamente attraverso il corpo, e a abbracciare il potere trasformativo delle antiche pratiche ayurvediche. È un'opportunità per ascoltare i bisogni del proprio corpo, per riconnettersi con la propria essenza più profonda e per trovare equilibrio e serenità nella propria vita quotidiana.

Ogni trattamento ayurvedico è un'esperienza unica e personale, progettata per rispondere alle esigenze individuali di ogni cliente. È un momento per nutrire non solo il corpo, ma anche l'anima, permettendo a ogni individuo di ritrovare l'armonia e la vitalità interiore.



# TRATTAMENTI HAMMAM

[www.quieorapositivamente.com/trattamentihammam](http://www.quieorapositivamente.com/trattamentihammam)

## PIEDI HAMMAM - 45 minuti - 40 euro

I piedi, spesso trascurati, sono in realtà le nostre radici, la base del nostro corpo, il punto di contatto con Madre Terra, ecco perché in questo trattamento saranno coccolati e rigenerati attraverso una serie di passaggi che includono esfoliazione, massaggio e idratazione. Con l'uso di ingredienti naturali e oli essenziali come la lavanda e il tea tree, i tuoi piedi saranno rivitalizzati, lasciandoli morbidi, lisci e profondamente idratati. Questo trattamento non solo allevia la fatica e lo stress accumulati nei piedi, ma offre anche un'esperienza di totale relax per tutto il corpo.

**#RigenerazionePiedi #IdratazioneProfonda #RelaxTotale**



## SCHIENA HAMMAM - 45 minuti - 40 euro

Relax e sollievo, un trattamento mirato e progettato per alleviare tensioni e dolori muscolari accumulati nella zona dorsale. Un vero e proprio rituale di benessere che inizia una delicata esfoliazione per rimuovere le cellule morte e stimolare la circolazione sanguigna. E prosegue con un massaggio profondo con oli essenziali come il sandalo e il bergamotto che rilassano i muscoli tesi e favoriscono il rilassamento generale. Lasciati trasportare in un'oasi di serenità così che la tua schiena sia rivitalizzata, rinnovata e libera da stress e tensioni accumulate nella quotidianità.

**#SollievoSchiena #Detossificazione #RelaxProfondo**



## VISO HAMMAM - 45 minuti - 40 euro

Inizia il tuo viaggio di purificazione detox del viso che spesso deve affrontare intemperie, sbalzi di temperatura e smog cittadino. Faremo una pulizia profonda per liberare la pelle dalle impurità, proseguiamo con un'esfoliazione curata con gli indrolati di menta e rosa, una combinazione rinfrescante e rivitalizzante che rimuove le cellule morte e promuove il rinnovamento cellulare. E poi bava di lumaca, rinomata per le sue proprietà idratanti e rigeneranti, e oli essenziali, come il patchouli e la rosa, applicati con pennelli morbidi, che nutriranno la tua in profondità, lasciandola luminosa, tonica e visibilmente ringiovanita. Questo trattamento è adatto anche agli uomini, offrendo un'esperienza di rigenerazione sia per la pelle liscia che per le barbe ben curate. Concediti questo momento di relax e rinascita per una bellezza radiante e un senso di totale benessere.

**#BellezzaNuovaEnergia #RinnovamentoViso #NutriLaPelle**





# TRATTAMENTI AYURVEDA

[www.quieorapositivamente.com/massaggiayurvedici](http://www.quieorapositivamente.com/massaggiayurvedici)

## GAMBE NEERABHYANGAM - 45 minuti - 40 euro

Trattamento ayurvedico che offre una profonda sensazione di rilassamento e rinnovamento degli arti inferiori e addome. Questo linfodrenaggio ayurvedico mirato è particolarmente indicato per alleviare la tensione e il gonfiore in queste aree, porterà una sensazione di leggerezza e benessere. Grazie all'uso di oli caldi e nutrienti aiuta a sciogliere le tensioni muscolari, migliorare la circolazione e ristabilire l'equilibrio energetico. Concediti questo trattamento per un'esperienza di rigenerazione fisica e mentale..

**#RelaxDetox #EquilibrioEnergetico #LeggerezzaEAddome**



## TESTA SHIRO ABHYANGAM - 45 minuti - 40 euro

Trattamento ayurvedico dedicato al riequilibrio e al sollievo della testa, del collo e delle spalle. Questo antico rituale di guarigione inizia con l'applicazione di oli caldi e aromatici sul cuoio capelluto, seguita da delicati movimenti circolari che favoriscono il rilassamento dei muscoli e il rilascio dello stress accumulato. Sentirai diverse tecniche di pressione, movimento, trazione e sfioramento per sciogliere le tensioni nei punti di riflesso chiave, promuovendo una sensazione di calma e benessere. Immergiti in questo trattamento per un'esperienza di pace interiore e rinascita.

**#RelaxTestaCollo #SollievoStress #EquilibrioEnergetico**



## CORPO DHARASANA - 45 minuti - 40 euro

Massaggio apparentemente più "semplice", ma dai grandi e sorprendenti benefici che unisce l'antica arte del massaggio Dharasana con la profonda guarigione del massaggio ayurvedico, offrendoti una rigenerazione completa dalla testa ai piedi. Massaggio molto piacevole ed efficace per ottenere un effetto vitalizzante, rigenerante e riequilibrante dell'energia fisica e psico emotiva; aiuta a sciogliere le tensioni e la fatica accumulata, ha un effetto anche rilassante e favorisce il buon riposo. Concediti questa coccola durante la pausa pranzo, riuscirai ad immergerti in un'esperienza di totale rilassamento e benessere per ricaricare le energie e affrontare il resto della giornata con una nuova vitalità.

**#RelaxDetox #RigenerazioneTotale #PausaPranzo**





## **MASSAGGI OLISTICI**

I massaggi olistici sono molto più di un semplice trattamento per il corpo; sono un viaggio di esplorazione e autoscoperta che coinvolge l'intero essere - corpo, mente, emozioni e spirito. Questi massaggi trattano la persona nel suo insieme, considerando non solo il corpo fisico, ma anche gli aspetti mentali, emotivi e spirituali.

In un mondo sempre più frenetico e stressante, i massaggi olistici offrono un rifugio di pace e tranquillità, dove il cliente può lasciare andare le preoccupazioni e immergersi in un profondo stato di rilassamento e benessere. Utilizzando una varietà di tecniche, come massaggi rilassanti, aromaterapia e altre pratiche complementari, questi trattamenti mirano a promuovere l'equilibrio e l'armonia generale, un'opportunità per ascoltare se stessi, per connettersi con le proprie sensazioni e per accettarsi con amore e compassione. Un viaggio per lasciarsi trasportare dalle sensazioni del momento presente, ad abbracciare le proprie emozioni e ad esplorare la propria interiorità.

## **MASSAGGI TERMALI**

I massaggi termali offrono un'esperienza avvolgente di benessere che sfrutta il calore per rilassare i muscoli, migliorare la circolazione sanguigna e promuovere il benessere generale. Utilizzando pietre calde, bagni di vapore, bambù, impacchi termici e altre tecniche termali, questi trattamenti alleviano le tensioni muscolari, riducono lo stress e favoriscono un profondo rilassamento.

Ogni sessione è un invito a ascoltarsi attentamente, a connettersi con le proprie sensazioni e ad accettarsi con gentilezza e compassione. Nel calore avvolgente di queste pratiche termali, i clienti possono lasciare andare le preoccupazioni e immergersi completamente nel momento presente, ritrovando l'equilibrio e la tranquillità interiore e imparano a essere più compassionevoli e tolleranti verso sé stessi e gli altri, creando così un'atmosfera di accoglienza e inclusione.

## **MASSAGGI SPIRITUALI ENERGETICI**

I massaggi spirituali si basano sulla concezione di un flusso energetico nel corpo e mirano a sbloccare o armonizzare questo flusso. Attraverso pratiche meditative antiche e tecniche di tocco leggero o ascolto attivo, questi trattamenti promuovono il riequilibrio energetico e il benessere a livello fisico, mentale ed emotivo.

Ogni sessione è un'opportunità per ascoltarsi profondamente, connettersi con la propria energia vitale e accettarsi con amore e consapevolezza. Nella pratica meditativa, i clienti sono invitati a esplorare la propria interiorità e a scoprire nuove dimensioni di equilibrio e armonia, un'opportunità per accogliere l'interconnessione tra tutte le forme di vita e per riconnettersi con il divino che risiede in ognuno di noi anche attraverso l'apertura consapevole al flusso energetico universale.



# MASSAGGI OLISTICI

[www.quieorapositivamente.com/massaggiolistici](http://www.quieorapositivamente.com/massaggiolistici)

## RILASSANTE EFFLEURAGE - 60 minuti - 60 euro

Delicato come una carezza e profondamente rilassante, avvolge il corpo in un abbraccio di tranquillità. La tecnica principale, l'effleurage, viene eseguita con una maestria senza pari, utilizzando movimenti leggeri, fluidi e avvolgenti che sembrano danzare sulla pelle. Grazie all'uso di oli essenziali appositamente selezionati per favorire il relax più profondo, questo trattamento va oltre il semplice sollievo fisico. L'effleurage diventa un'arte, un modo per entrare in contatto con la tua essenza interiore e lasciarti trasportare in uno stato di calma e tranquillità assolute. Concediti questo prezioso momento di dolcezza per ritrovare equilibrio e serenità nella tua vita quotidiana.

**#RilassamentoProfondo #ArteDelMassaggio**



## ENERGERTICO INDIANO - 60 minuti - 60 euro

Immergiti in un viaggio di guarigione e rinnovamento arricchito dalla cromoterapia e dal riequilibrio dei chakra. Ispirato alle antiche pratiche ayurvediche, questo trattamento combina movimenti lenti e avvolgenti con l'uso sapiente di oli essenziali di spezie per stimolare i sensi e favorire il rilassamento profondo. Ogni movimento è studiato per riequilibrare l'energia vitale del corpo, lavorando in armonia con i sette principali centri energetici, i chakra. Attraverso l'applicazione di pressioni mirate e manipolazioni specifiche, il massaggio libera blocchi energetici e favorisce il flusso armonioso di energia in tutto il corpo. Preparati a lasciarti trasportare in un'esperienza di profonda connessione con il tuo essere interiore.

**#RiequilibrioVitale #EnergiaPositiva**



## DISTENSIVO CALIFORNIANO - 60 minuti - 60 euro

Massaggio che si prefigge l'obiettivo di "far entrare in contatto" il corpo con la mente, in modo tale da ottenere il benessere dell'intero organismo. Come le onde che accarezzano la riva, il massaggio distensivo ti trasporta in un'esperienza di completo abbandono e rigenerazione. Con movimenti lunghi con musica avvolgente, e l'uso di oli essenziali rigeneranti, questo trattamento scioglie le tensioni muscolari profonde, allevia lo stress e ti avvolge in una sensazione di profondo rilassamento fino a donare nuove emozioni, desideri, ricordi lontani e una maggiore consapevolezza di sé. Riscopri la libertà di essere te stesso e lasciati cullare dalla dolcezza di questo tocco curativo.

**#RelaxProfondo #BenessereTotale**







# MASSAGGI TERMALI

[www.quieorapositivamente.com/massaggiotermale](http://www.quieorapositivamente.com/massaggiotermale)

## DECONTRATTURANTE WHENUA - 60 minuti - 70 euro

Esplora il potere trasformativo con questo massaggio ispirato alle terme di Whakarewarewa in Nuova Zelanda. "Whenua", che significa 'terra' in lingua Maori, è al centro di questo trattamento olistico che abbraccia la saggezza ancestrale del popolo Maori e la connessione profonda con la terra. Attraverso l'utilizzo di tecniche tradizionali e l'energia vitale della terra, il massaggio penetra nei punti di tensione profonda del corpo, sciogliendo lo stress e ripristinando l'armonia fisica ed energetica. Con l'uso sapiente degli oli essenziali, dei bambù o pietre calde, unita alla manipolazione, viene offerto un trattamento di completa rigenerazione.

**#GuarigioneProfonda #ConnettoTerra #ArmoniaEnergetica**



## BENESSERE IDROARMONICO - 60 minuti - 70 euro

Immergiti nella fluidità e nella vitalità dell'elemento acqua, come se fossi nel cuore delle Terme di Reykadalur, il fiume caldo in Islanda. Questo massaggio, arricchito dall'uso sapiente degli oli essenziali e dall'acqua calda, ti avvolge in una sensazione di rilassamento profondo e rigenerazione. Inoltre al termine del trattamento attraverso una meditazione guidata, ti sentirai connesso con il tuo bambino interiore, permettendo al tuo corpo e alla tua mente di sciogliersi nelle emozioni inaspettate. Consigliato soprattutto in tarda primavera, quando l'elemento acqua è in piena forza rigenerativa, questo trattamento lenisce le tensioni muscolari, allevia lo stress e induce uno stato di tranquillità e benessere. Concediti questa esperienza per ritrovare l'equilibrio interiore

**#FlussoSinuoso #RigenerazioneProfonda #MeditazioneNidra**



## TERME VULCANICHE - 60 minuti - 70 euro

Questa pratica vigorosa e avvolgente si avvale di movimenti circolari e vigorosi, simili al fluire delle correnti termali, per stimolare la circolazione e sciogliere le tensioni muscolari. Gli oli essenziali caldi e speziati rievocano i profumi della terra vulcanica, aggiungendo una nota di calore e vitalità, mentre la cera delle candele, delicatamente fusa sulla pelle, crea un'esperienza avvolgente di comfort e nutrimento, come le acque calde che abbracciano il corpo nelle sorgenti termali. Questo trattamento termale dona nuova energia e vitalità sia al corpo che allo spirito, immergendoti in un'oasi di calore e rigenerazione, come le energie che scaturiscono dalle profondità della terra vulcanica. **#Energia #Vitalità #Stimolante**





# MASSAGGI SPIRITUALI

[www.quieorapositivamente.com/massaggiospirituali](http://www.quieorapositivamente.com/massaggiospirituali)

## LIBERAMENTE - 75 minuti - 80 euro

Questo massaggio leggero e avvolgente ti trasporta in un viaggio di leggerezza e libertà. Utilizzando movimenti fluidi e delicati, crea una sensazione di libertà simile alla brezza dell'aria. Gli oli essenziali freschi e purificanti, come la menta e l'eucalipto, aggiungono una nota rinfrescante e pulita, mentre la pratica della respirazione circolare connessa come esercizio finale favorisce una chiarezza mentale e un rinnovamento profondo. Concediti questo trattamento per liberare la mente e il corpo dalle tensioni e ritrovare un senso di leggerezza e chiarezza interiore.

**#Leggerezza #Libertà #ChiarezzaMentale**



## ESSENZA INDU - 75 minuti - 80 euro

Trasportati in un viaggio trascendentale di guarigione e rinascita con un'esperienza che va oltre i confini del tempo e dello spazio. Ispirato alla millenaria sapienza degli antichi rituali indù, questo trattamento olistico si avvale di una sinergia unica di elementi naturali e tecniche tradizionali per riequilibrare corpo, mente e spirito. Le delicate carezze e le pressioni profonde si fondono armoniosamente con la presenza degli elementi naturali quali oli essenziali, petali di fiori, incensi e agrumi, creando un'atmosfera avvolgente e rigenerante e aggiungendo una dimensione di calore e purificazione. Lasciati trasportare dove l'essenza della tua natura interiore si rivela e ti riporta a un equilibrio con l'universo.

**#RinascitaInteriore #ArmoniaUniversale #RitualiIndù**



## SCIAMANICO SENSORIALE - 75 minuti - 80 euro

Un'esperienza straordinaria che va oltre i confini del semplice relax, questo massaggio ti porta in un viaggio profondo attraverso le dimensioni della tua mente e del tuo spirito. Ispirato alla saggezza degli sciamani, questo trattamento ti avvolge in un abbraccio di mistero e scoperta. Svolto completamente al buio per amplificare le percezioni, questo rituale sensoriale utilizza oli essenziali aromatici e tecniche raffinate per coinvolgere tutti i sensi. Attraverso questo viaggio al di là del visibile, potrai esplorare le profondità della tua anima e scoprire una connessione più profonda con te stesso e con il mondo che ti circonda. Preparati a lasciarti trasportare in un'esperienza magica e trasformativa che risveglierà la tua consapevolezza. **#RelaxProfondo #BenessereTotale**





## **MASSAGGI TANTRA UOMINI**

I massaggi tantra per soli uomini offrono un'esperienza unica di connessione profonda e di esplorazione sensuale e spirituale. Utilizzando il tocco consapevole, la respirazione e la consapevolezza del corpo, questi trattamenti coinvolgono l'intero essere - corpo, mente e spirito - in un viaggio di autoscoperta e di intimità.

Ogni sessione di massaggio tantra è progettata per stimolare sensazioni di piacere fisico e mentale oltre la semplice gratificazione sensoriale. È un'opportunità per esplorare la propria sessualità in un contesto sicuro e rispettoso, per scoprire nuove dimensioni di piacere e per accrescere la consapevolezza del proprio corpo e delle proprie sensazioni.

Attraverso il tocco amorevole e rispettoso del trantika, i partecipanti sono guidati in un viaggio di consapevole intimità, dove possono lasciarsi andare completamente e sperimentare una profonda connessione con se stessi e con il proprio essere più autentico.

È un'esperienza di trasformazione e di crescita personale, in cui ogni uomo è invitato a esplorare il proprio potenziale sensoriale e spirituale e a abbracciare la propria sessualità in modo libero e consapevole.

## **MASSAGGI NATURISTICI UOMINI**

Il massaggio del corpo nudo è condotto con delicatezza e professionalità, con l'obiettivo di promuovere il rilassamento, alleviare le tensioni e aumentare il senso di libertà e benessere generale attraverso il contatto diretto con la pelle.

Ogni sessione di massaggio naturista è progettata per creare un ambiente confortevole e accogliente, dove gli uomini possono sentirsi a proprio agio nel loro corpo e completamente rilassati. Vengono utilizzate tecniche di massaggio rilassanti, terapeutiche o olistiche per rispondere alle esigenze individuali di ogni cliente ma con un contatto diretto con la pelle che permette di liberare le tensioni accumulate, di sciogliere i nodi muscolari e di favorire il flusso energetico in tutto il corpo. È un'esperienza di totale immersione nel momento presente, in cui ogni sensazione viene accolta e vissuta pienamente.

È un'opportunità per ritrovare l'equilibrio e la serenità, per riconnettersi con il proprio essere autentico e per abbracciare la propria natura in tutta la sua autenticità e libertà.



# MASSAGGI MEN TANTRA

[www.quieorapositivamente.com/massaggiospirituali](http://www.quieorapositivamente.com/massaggiospirituali)

## **KAA ENERGIA KUNDALINI - 75 minuti - 80 euro**

Esplora la profondità del piacere primordiale attraverso la tecnica Kundalini, un'esperienza tantra erotica che lavora con delicatezza e consapevolezza sul piacere sessuale, mentale e sulle vibrazioni fisiche. Attraverso movimenti lenti e sensuali su tutto il corpo, vivrai un viaggio interiore verso una nuova consapevolezza. In contatto con il tantrika, risveglierai la riserva di energia vitale e sessuale, rappresentata da un serpente dormiente nella zona perineale o attorcigliato intorno al corpo, liberando i punti di piacere e permettendo al corpo e all'esistenza di respirare liberamente.

**#EsplorazioneTantrica #LiberaLaKundalini #PiacereSessuale**



## **ORIENTALE ESPERIEZA KASHMIRO - 75 minuti - 80 euro**

È un viaggio indimenticabile, un'opportunità per scoprire una nuova intimità e una nuova connessione con un altro uomo. È un'esperienza intima dove le emozioni scorrono liberamente, trasformando ogni tocco in un rituale di amore e meditazione. Attraverso un contatto amorevole che coinvolge tutto il corpo, incluso le parti intime, verrai guidato verso il qui e ora, liberandoti gradualmente da tensioni e preoccupazioni mentali, imparando a espandere la propria energia sessuale verso i chakra superiori, allontanandosi dal semplice binomio di erezione ed eiaculazione e avvicinandosi all'idea di erezione come espansione di sé. È un'occasione per riscoprire la fiducia nel contatto umano, al di là della sfera sessuale.

**#MassaggioTantra #EspansioneSessuale #NuovaIntimità**



## **BLACK GRINDR - 75 minuti - 80 euro**

Esplora la dualità tra luce e buio con un'esperienza sensoriale unica che ti guida attraverso un viaggio di scoperta e consapevolezza di Te. Con movimenti fluidi e l'uso di olio caldo, questo massaggio coccola il corpo e l'anima, creando suggestioni, curiosità ed esperienze sensoriali uniche permettendoti di immergerti completamente nel momento presente. Svolto al buio, ti invita a esplorare il contatto con un altro uomo, i profumi e i suoni che avvolgono l'ambiente, offrendo un'esperienza rilassante e liberatoria per tutte le emozioni che custodisci nel cuore. Questo messaggio è ideale per chi desidera avvicinarsi al tantra in un ambiente confortevole e rassicurante.

**#ScopertaSensoriale #Esplorazione #RilassamentoProfondo**





# MASSAGGI MEN NATURA

[www.quieorapositivamente.com/massaggionatura](http://www.quieorapositivamente.com/massaggionatura)

## ERBE DECO - 60 minuti - 70 euro

Esplora la liberazione totale del corpo e della mente in un'esperienza decontratturante che abbraccia la natura e la nudità come parte integrante del percorso verso il benessere. I movimenti avvolgenti dei bambù, combinati con l'uso sapiente di erbe aromatiche, lavorano per sciogliere le tensioni muscolari e riequilibrare l'energia vitale del corpo. In questo ambiente accogliente e privato, puoi abbracciare la tua autenticità e la tua virilità senza limiti, lasciandoti trasportare in un viaggio di rilassamento profondo e libertà personale. Concediti questa esperienza per riscoprire la gioia e l'armonia del tuo essere, liberando le energie positive che risiedono dentro di te.

**#LibertàNaturale #BenessereNaturista #RelaxProfondo**



## DREAM RELAX - 60 minuti - 70 euro

Immergiti nel profondo viaggio interiore del tuo essere attraverso un'esperienza che fonde tradizioni millenarie e pratiche spirituali per risvegliare la potenza interiore e totemica dell'essere umano. Questo rilassante massaggio naturista ti condurrà attraverso un viaggio di consapevolezza e sblocco energetico, permettendoti di connetterti con la tua essenza più autentica e potente. Lo sciamano, personalizzerà il trattamento per rispondere ai tuoi bisogni utilizzando erbe aromatiche, piante officinali, pietre vulcaniche, oli e terre del deserto bianco. Concediti questa esperienza trasformativa e lasciati guidare nel viaggio della storia del tuo essere.

**#Viaggio #EnergiaInteriore #TrasformazionePersonale**



## PRANA NATURA - 60 minuti - 70 euro

Vivi un'esperienza unica e trascendentale con un viaggio che fonde materia e spirito, mente e cuore, corpo e anima. Questo massaggio naturista inizia e termina con il rituale del respiro, una pratica profonda e meditativa che permette di connettersi con il proprio essere interiore. Attraverso il contatto meditativo, si ascolta il movimento energetico interno e il corpo si risveglia gradualmente, amplificando le sensazioni e sbloccando la vitalità. Questa pratica ti permette di sperimentare il piacere del corpo, dei sensi, del cuore e dello spirito, andando oltre la semplice ricerca del benessere fisico e aprendo le porte a una maggiore consapevolezza di te stesso e del tuo ambiente naturale. Concediti questo viaggio verso la tua parte più autentica.

**#Trascendenza #Connessione #ConsapevolezzaNaturale**





# PERCORSI INDIVIDUALI

[www.quieorapositivamente.com/percorsi/perme](http://www.quieorapositivamente.com/percorsi/perme)

## MENTE & CORPO - la meditazione incontra il massaggio - 12 incontri

Avvicinarsi al massaggio seguendo un'ottica di meditazione ti porterà a percepire il tuo corpo in un modo del tutto nuovo più profondo e vero, andando oltre la mente. Con l'esperienza imparerai che più riesci ad entrare nella meditazione, tanto più ricevi beneficio dal massaggio. La meditazione spegne la mente razionale, e durante il trattamento il tocco lo senti maggiormente. La consapevolezza ancestrale si sviluppa nel quieora, essa si dipana dalle mille elucubrazioni mentali per poi fiorire nello stato meditativo.

**#massaggio #meditazione #consapevolezza #benessere**

Questo percorso può avere due combinazioni:



## ESPANDI IL TUO ESSERE - 420 euro

Immergiti in un'esperienza profonda e olistica che unisce le tradizioni millenarie dei trattamenti hammam e ayurvedici con la saggezza ancestrale delle meditazioni nidra. Ti concederai di purificare il tuo corpo e la tua mente, ristabilire l'equilibrio e vivere uno stato di profondo rilassamento fisico e spirituale.

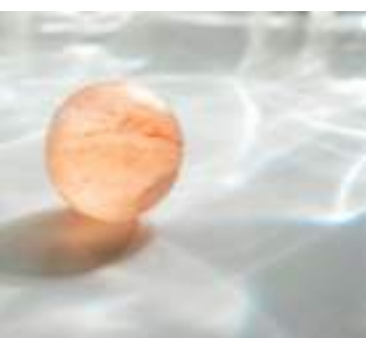
**#benessereintegrale #tradizionimillenarie #equilibrioessenzial**



## EQUILIBRIO E ARMONIA - 550 euro

Esplora un'esperienza di rigenerazione totale che combina l'arte curativa dei massaggi olistici, la terapia rinvigorente dei massaggi termali e la profondità esplorativa delle meditazioni sui chakra. Avrai modo di liberare le tensioni fisiche e mentali, lenire i muscoli stanchi sbloccando e armonizzando i centri energetici del tuo corpo per una vitalità ottimale e un benessere totale.

**#rigenerazioneolistica #equilibriointegrato #esplorazionechakra**



## ESPLORAZIONE MASCHILE - 630 euro

Vivi un'esperienza unica che celebra la virilità attraverso una combinazione di massaggi tantra e naturalistici, arricchiti da un percorso di mindfulness alla scoperta di sé. Scoprirai la tua sessualità in un ambiente sicuro e rispettoso, aprendoti a una connessione più profonda con te stesso e con gli altri, avrai occasione di sperimentare la libertà e l'accettazione del tuo corpo senza giudizio e con il percorso individuale farai un viaggio guidato di autoesplorazione, permettendoti di scoprire e abbracciare appieno la tua autenticità e la tua unicità.

**#virilità #esplorazioneintima #mindfulnessmaschile**



# PERCORSI COPPIA

[www.quieorapositivamente.com/percorsi-pernoi](http://www.quieorapositivamente.com/percorsi-pernoi)

## CHOCOLAT - risveglia la sensorialità di coppia - 6 incontri (2h)

Questo percorso invita a abbracciare i sensi e la sensualità, sperimentando una danza di aromi e tocco consapevole, dove la coppia impara a muoversi in sintonia e a lasciare indietro l'individualità per trovare un NOI. In ogni proposta che segue, la coppia vivrà in ogni incontro momenti di ascolto sensoriale attraverso l'aroma e il gusto e altri momenti dove apriranno le porte all'intimità imparando a sfiorare, toccare e esplorare il corpo del partner guidati da mani esperte. Questo viaggio insieme risveglierà la passione, rafforzerà il legame emotivo e guiderà verso una connessione più profonda.



**#riaccensione della passione #massaggio in due #aromaterapia**

## AMORE NELLE PICCOLE COSE - 360 euro a coppia

Esplorazione intima tra aromi e tocco. In questo primo step, immergetevi nell'arte del massaggio reciproco, imparando l'attenzione ai dettagli e il tocco consapevole su parti specifiche del corpo come i piedi e la schiena. Questo viaggio sensoriale vi permetterà di approfondire la vostra connessione e sperimentare una nuova forma di intimità attraverso il linguaggio silenzioso.

**#viaggio sensoriale #massaggio reciproco #attenzione ai contatti**



## AMORE COME IN UN ABBRACCIO - 495 euro a coppia

Esperienza rigenerante tra aromi e tocco. In questo secondo step, apprendete l'arte dell'avvolgimento dell'altro, facendolo sentire apprezzato e amato in ogni aspetto. Attraverso l'attenzione alla totalità del partner, sperimentate la semplicità e la complessità del rapporto di coppia, imparando a toccare ogni parte del corpo con amore e rispetto. Questa esplorazione sensoriale vi porterà a una profonda connessione, rivelando la bellezza dell'attenzione reciproca e il potere del tocco consapevole.

**#massaggio reciproci #attenzione al partner**



## AMORE NEL PENSIERO E NEL SESSO - 555 euro a coppia

Viaggio tra armonia e sensi, aroma e tocco. In questo terzo step, si crea un'intensa connessione spirituale ed erotica. Apprendete insieme l'arte del massaggio reciproco, bilanciando la connessione intima sessuale tantrica con la connessione spirituale. Sperimentate la profonda armonia dei sensi, dove il benessere spirituale si riflette nel piacere fisico e nel rapporto di coppia. Trovate il vostro equilibrio rivelando così la bellezza e la potenza di una connessione completa e bilanciata, sia nel pensiero che nell'intimità dell'alcova.

**#viaggio spirituale #connessione sessuale #equilibrio spirituale**



## AMORE A TUTTOTONDO - 18 INCONTRI - 1350 euro a coppia



# PACCHETTI MASSAGGI

[www.quieorapositivamente.com/percorsi/pernoi](http://www.quieorapositivamente.com/percorsi/pernoi)

Un'esperienza di benessere totale, dove il tempo si ferma e il tuo corpo e la tua mente vengono rigenerati. I pacchetti di massaggi offrono un'opportunità unica per immergerti in un'atmosfera di calma e relax, dove il tocco terapeutico e gli aromi rilassanti lavorano in armonia per lenire le tensioni e ridurre lo stress. Ogni pacchetto è stato accuratamente progettato per soddisfare le tue esigenze specifiche, offrendoti un'esperienza e profondamente rigenerante, e se vuoi puoi anche personalizzarla assecondando i tuoi desideri. Scegli il tuo viaggio di benessere e preparati a lasciarti trasportare in un mondo di tranquillità e riposo. **#stressrelief #wellnessjourney**



## UNIONE DEI SENSI - 6 MASSAGGI - 210 euro

Unisci in un pacchetto l'antica arte del massaggio hammam con la saggezza terapeutica dei massaggi ayurvedici, creando un'esperienza rigenerativa per il corpo e la mente. Risveglia i tuoi sensi e riscopri l'equilibrio interiore in un viaggio sul tuo corpo prestando attenzione alle piccole parti avvolte con amore.

**#rigenerazione #saggezzaantica #equilibriointerno**



## MENTE OLISTICA - 6 MASSAGGI - 330 euro

Esplora l'armonia dei sensi con una fusione di massaggi olistici e massaggi termali. Lasciati avvolgere dal calore terapeutico e dal tocco compassionevole mentre ti immergi in un viaggio di trasformazione e guarigione in ascolto del tuo corpo fisico e delle tue emozioni ancestrali.

**#armonia #trasformazione #guarigione**



## CONNESSIONE UOMO - 6 MASSAGGI - 380 euro

Un percorso di scoperta e connessione attraverso massaggi tantra e massaggi naturistici per uomo. Risveglia i sensi e approfondisci il legame con te stesso e con il tuo corpo in un ambiente accogliente e naturale. Riscopri le emozioni primordiali e vivi il corpo in libertà senza pensiero giudica, impara a volerti bene.

**#esplorazione #connessione #naturalizza**



## ARMONIA TERAPEUTICA - 9 MASSAGGI - 530 euro

Esplora una rinascita totale attraverso una fusione di massaggi termali, massaggi olistici e massaggi spirituali energetici, combinando il potere rigenerante del calore con il tocco terapeutico e la profondità spirituale. Questo rituale offre un equilibrio armonico per il corpo, la mente e lo spirito, rilasciando le tensioni accumulate e rivitalizzando ogni parte del tuo essere.

**#equilibriototale #armonia terapeutica #rinascitarigenerativa**





# FORMAZIONE MASSAGGI

[www.quieorapositivamente.com/percorsi/pernoi](http://www.quieorapositivamente.com/percorsi/pernoi)

Benvenuti nell'affascinante mondo dell'arte del massaggio, dove il tocco diventa un linguaggio universale di guarigione e connessione. Imparare a fare massaggi è molto più di una serie di movimenti; è un'esperienza empatica e intuitiva che richiede sensibilità, conoscenza olistica e profonda consapevolezza del corpo e della mente. Attraverso l'apprendimento di questa antica pratica, non solo potrai acquisire competenze tecniche, ma anche la capacità di entrare in sintonia l'altro/a, creando un ambiente di fiducia e rilassamento. Scoprite l'arte di comunicare attraverso il tocco, e aprite le porte a un mondo di benessere e armonia.



## ATTENZIONE



**QUIeORA PositivaMente** non è una scuola di massaggi certificata ma offre percorsi di ascolto, accettazione e accoglienza attraverso l'apprendimento dell'arte del massaggiare sia per coppie che vogliono risvegliare il loro rapporto (vedi PERCORSI COPPIA) sia per mini gruppi di 3 persone che vogliono imparare alcune tecniche specifiche (vedi sotto le alternative)



**QUIeORA PositivaMente** non rilascia alcun certificato di merito al termine del percorso ma solo un certificato di partecipazione che non ha nessun valore giuridico legale e che non abilita a fare massaggi professionali di valore economico. Se si cerca un percorso abilitante rivolgersi a Evolution Academy.



## ALTERNATIVO - 10 INCONTRI 2h - 1200 euro a gruppo

Accogliete l'opportunità di immergervi in un percorso unico per scoprire come combinare il calore terapeutico dei massaggi termali con gli aromi rilassanti degli oli essenziali, creando un'esperienza di benessere totale per corpo e mente. Al termine del percorso sarete in grado di guidare al rilassamento e l'ascolto attivo per lasciar andare le tensioni accumulate e a connettersi profondamente con se stessi, portando armonia e equilibrio nella vita quotidiana.

[#massaggioterapico](#) [#benessere mentale](#) [#ascolto attivo](#)



## TANTRA E NATURA - 10 INCONTRI 2h - 1200 euro a gruppo

Guidati in un viaggio di apprendimento e scoperta, esplorerete le tecniche del tocco e dell'energia, imparando a fondere l'antica saggezza del tantra con la libertà e la sensualità del massaggio naturista. Ogni incontro vi condurrà più in profondità nella pratica, offrendovi una comprensione approfondita del corpo, della mente e dello spirito, e aprendo le porte a una nuova consapevolezza e connessione con voi stessi e con gli altri.

[#massaggiotantra](#) [#massaggionaturista](#) [#apprendimentoconsenso](#)



# COLLABORAZIONI

[www.quieorapositivamente.com/collaborazioni](http://www.quieorapositivamente.com/collaborazioni)

**NEW!**

se li contatti fai il mio nome



## PAOLA MAZZOLA

**Counselor ad indirizzo Analitico Transazionale**

Studio Via Venini 14 Milano tel. 3286839989



## MARCO RASI CALDOGNO

**Osteopata D.O.**

Studio Via Venini 14 Milano tel. 3313122624



## MARCO COLCIAGHI

**Personal Trainer Fitness e di Body Building**

TTCAGE Personal Training Studio tel. 320 878 0066



## MATTEO SANGALLI

**Dentista**

Studio via Soperga 16 Milano tel. 3929309220



# CONVENZIONI

[www.quieorapositivamente.com/collaborazioni](http://www.quieorapositivamente.com/collaborazioni)

**NEW!**

**BNI BUSINESS NETWORK INTERNATIONAL**  
**5% -10% SU APPUNTAMENTI E PERCORSI**



**GATE VOLLEY**



**PRIDE SPORT MILANO**



**ARCIGAY ITA**



**MILANO PRIDE**



**COMPANY MI**

**5% SUL PRIMO APPUNTAMENTO**  
**10% SU TUTTI GLI APPUNTAMENTI A SEGUIRE**  
**15% SU UN PACCHETTO O PERCORSO**



**CARABINIERI**



**FORZE DI POLIZIA**



**FIAMME GIALLE**



**POLIZIA LOCALE**



**POLIZIA PENITENZIARIA**



**CARABINIERI**



**VIGILI DEL FUOCO**



**MILITARI**

**10% SU TUTTI GLI APPUNTAMENTI**

[www.quieorapositivamente.com](http://www.quieorapositivamente.com)  
whatsapp 3701509220

**SI VALUTANO ALTRE CONVENZIONI**

**STUDIO MILANO**  
Via Venini 14 zona Loreto  
da lunedì a venerdì  
dalle 11:00 alle 22:00