



VILA VITA SPA

sisley
PARIS



Visiting Practitioner

JOHN SANCHEZ

TCM DOCTOR • LICENSED ACUPUNCTURIST • MASSAGE THERAPIST
YOGA, TAI JI AND CHI KUNG TEACHER

21/09 - 28/09

Passionate about life, John dreams of a world full of happiness, love and sharing. His curious mind led him into science and nature, seeking a career in the health field. After a few years of Western Science studies, he decided to turn to Nature and in Eastern philosophies in his quest for professional achievement. He holds a degree in Traditional Chinese Medicine, is a Licensed Acupuncturist, massage therapist and Yoga/Tai Chi/Qi Qong teacher, among many other skills achieved through the years. His passion for Eastern philosophies led him to the Wudang Mountains in China, where he lived as a Daoist monk for 4 months in The Five Immortals temple under the tutelage of monk Du Song Feng, learning Martial Arts and Ancient Daoist healing techniques. With over 11 years of experience and 7000 treatments under his belt, he will use his whole array of techniques to help you achieve your health and wellbeing goals.

*For more details and reservations,
please contact the Spa:
ext. 3400, tel. (+351) 282 320 351
or the email spa@vilavitaparc.com*



Available Treatments

ACUPUNCTURE & TCM

60 minutes – 180€

The use of micro fine sterilized needles in strategic points rebalance the body and trigger a true healing. You will be amazed how simple, painless and effective this time-tested therapy can be.

TUINA THERAPEUTIC MASSAGE

60 minutes – 90 minutes 160€/190€

By restoring and promoting the free flow of energy and blood throughout the entire body and thus taking it back to a healthy balanced state, this unique therapeutic massage uses exclusive techniques, stretches and manipulations, combined with the power of aromatherapy.

CHINESE FOOT REFLEXOLOGY

60 minutes – 90 minutes 160€/190€

Special acupressure points on the feet and lower legs are stimulated manually to improve energy and blood circulation throughout the whole body. These special points can both diagnose and treat different imbalances, as the feet are the foundation of the body and our connection to earth.

QUIT SMOKING PROGRAM

60 minutes – 190€

You may have tried to quit smoking before, but the withdrawal symptoms caused anxiety and the fight became too difficult. There is a more natural, painless and high success rate solution - with acupuncture - a proven, effective tool to help you quit smoking by minimizing cravings and calming the nervous system.



ANTI-CELLULITE AND WEIGHT LOSS PROGRAM

60 minutes – 190€

Jumpstart your metabolism with this amazing treatment that will make you feel both healthier and lighter. Acupuncture delivers excellent modulating effects for different parts of the body such as abdomen and buttocks, treating excess weight, cellulite and sagging.

CUPPING THERAPY

45 minutes – 90€

The suction effect of the negative pressure created by cupping increases the blood flow to the area, loosening muscles and sedating the nervous system. Simply put, it creates a controlled trauma that boosts the body's healing ability. Cupping has different modalities and the suction power can be controlled to avoid bruising or according to personal taste.

PERSONAL TAI CHI – QI GONG CLASSES

50 minutes – 75€ (1 person) – 90€ (2 persons)

These practices have something in common, they are not just mere physical exercises; they are standing and moving meditations that can rebalance the being as a whole by combining breathing techniques with specific stances. By doing so, they have a strong therapeutic effect with fantastic healing benefits.

John träumt leidenschaftlich vom Leben und von einer Welt voller Glück, Liebe und Gemeinschaft. Sein neugieriger Geist führte ihn in Wissenschaft und Natur und suchte eine Karriere im Gesundheitsbereich. Nach einigen Jahren westlicher Wissenschaftsstudien entschied er auf seiner Suche nach beruflichen Leistungen, sich der Natur und den östlichen Philosophien zuzuwenden. Er hat einen Abschluss in traditioneller chinesischer Medizin, ist lizenzierter Akupunkteur, Massagetherapeut und Lehrer für Yoga / Tai Chi / Qi Qong, neben vielen anderen Fähigkeiten, die er im Laufe der Jahre erworben hat. Seine Leidenschaft für östliche Philosophien führte ihn in die Wudang-Berge in China, wo er 4 Monate lang als daoistischer Mönch im Tempel der Fünf Unsterblichen unter der Anleitung von Mönch Du Song Feng lebte und Kampfkunst und Heiltechniken der alten Daoisten lernte. Mit über 11 Jahren Erfahrung und 7000 Behandlungen wird er seine gesamte Palette an Techniken einsetzen, um Ihnen zu helfen, Ihre Gesundheits- und Wohlfühlziele zu erreichen.

Für weitere Details und Reservierungen kontaktieren Sie bitte das Spa:
ext. 3400, tel. (+351) 282 320 351,
oder per email spa@vilavitaparc.com



Verfügbare Behandlungen

AKUPUNKTUR & TCM

60 Minuten – 180€

Die Verwendung von mikrofein sterilisierten Nadeln in strategischen Punkten bringt den Körper wieder ins Gleichgewicht und löst eine echte Heilung aus. Sie werden erstaunt sein, wie einfach, schmerzlos und effektiv diese bewährte Therapie sein kann.

TUINA THERAPEUTISCHE MASSAGE

60 Minuten – 90 Minuten 160€/190€

Diese einzigartige therapeutische Massage stellt den freien Energie- und Blutfluss im gesamten Körper wieder her, fördert ihn und bringt ihn wieder in einen gesunden, ausgeglichenen Zustand. Dabei werden exklusive Techniken, Dehnungen und Manipulationen in Kombination mit der Kraft der Aromatherapie eingesetzt.

CHINESISCHE FUSSREFLEXZONENMASSAGE

60 Minuten – 90 Minuten 160€/190€

Spezielle Akupressurpunkte an Füßen und Unterschenkeln werden manuell stimuliert, um die Energie und die Durchblutung des gesamten Körpers zu verbessern. Diese besonderen Punkte können unterschiedliche Ungleichgewichte sowohl diagnostizieren als auch behandeln, da die Füße das Fundament des Körpers und unsere Verbindung zur Erde sind.

RAUCHERENTWÖHNUNGSPROGRAMM

60 Minuten – 190€

Sie haben vielleicht schon einmal versucht, mit dem Rauchen aufzuhören, aber die Entzugssymptome verursachten Angst und der Kampf wurde zu schwierig. Es gibt eine natürlichere, schmerzlosere und erfolgreichere Lösung - mit Akupunktur - ein bewährtes und wirksames Instrument, mit dem Sie mit dem Rauchen aufhören können, indem Sie Heißhungerattacken minimieren und das Nervensystem beruhigen.

DE



ANTI-CELLULITE- UND GEWICHTSVERLUST-PROGRAMM

60 Minuten – 190€

Starten Sie Ihren Stoffwechsel mit dieser erstaunlichen Behandlung, mit der Sie sich sowohl gesünder als auch leichter fühlen. Akupunktur bietet hervorragende Modulationseffekte für verschiedene Körperteile wie Bauch und Gesäß, behandelt Übergewicht, Cellulite und erschlaffte Hautpartien.

SCHRÖPFEN THERAPIE

45 Minuten – 90€

Der Saugeffekt des durch Schröpfen erzeugten Unterdrucks erhöht die Durchblutung des Bereichs, lockert die Muskeln und beruhigt das Nervensystem. Einfach ausgedrückt, es entsteht ein kontrolliertes Trauma, das die Heilungsfähigkeit des Körpers steigert. Das Schröpfen hat verschiedene Techniken und die Saugkraft kann gesteuert werden, um Blutergüsse zu vermeiden, oder nach persönlichem Geschmack.

PERSÖNLICHER TAI CHI – QI GONG UNTERRICHT

50 Minuten – 75€ (1 person) – 90€ (2 personen)

Diese Praktiken haben etwas gemeinsam, sie sind nicht nur bloße körperliche Übungen. Sie sind stehende und bewegende Meditationen, die das Wesen als Ganzes wieder ins Gleichgewicht bringen können, indem sie Atemtechniken mit bestimmten Standpunkten kombinieren. Auf diese Weise haben sie eine starke therapeutische Wirkung mit fantastischen Heilungsvorteilen.

Apaixonado pela vida, John sonha com um mundo cheio de felicidade, amor e partilha. A sua mente curiosa conduziu-o à ciência e à natureza, procurando uma carreira na área da saúde. Depois de alguns anos de estudos da ciência ocidental, decidiu recorrer à natureza e às filosofias orientais na sua procura pela realização profissional. Formado em Medicina Tradicional Chinesa, é acupunturista licenciado, massoterapeuta e professor de loga, Tai Chi e Qi Qong, entre muitas outras habilitações adquiridas ao longo dos anos. A sua paixão pelas filosofias orientais levou-o às montanhas Wudang, na China, onde viveu como monge taoísta durante 4 meses no templo Os Cinco Imortais sob a tutela do monge Du Song Feng, aprendendo artes marciais e antigas técnicas de cura taoísta. Com mais de 11 anos de experiência e 7000 tratamentos no seu currículo, usará toda a sua gama de técnicas para ajudá-la/o a atingir os seus objetivos de saúde e bem-estar.

Para mais informações e reservas, contate por favor o Spa: ext. 3400, tel. (+351) 282 320 351, ou email spa@vilavitaparc.com



Tratamentos disponíveis

ACUPUNTURA E MTC (MEDICINA TRADICIONAL CHINESA)

60 minutos – 180€

A utilização de finas micro agulhas esterilizadas em pontos estratégicos reequilibra o corpo e desencadeia uma verdadeira cura. Ficará surpreendida/o com o quão simples, indolor e eficaz esta terapia comprovada pode ser.

MASSAGEM TERAPÊUTICA TUINA

60 minutos – 90 minutos 160€/190€

Esta massagem terapêutica restaura e promove o livre fluxo de energia e sangue por todo o corpo, devolvendo-o assim a um estado de equilíbrio saudável. Esta massagem única utiliza técnicas, alongamentos e manipulações exclusivas, combinadas com o poder da aromaterapia.

REFLEXOLOGIA PODAL CHINESA

60 minutos – 90 minutos 160€/190€

Os pontos especiais de acupressão nos pés e na parte inferior das pernas são estimulados manualmente para melhorar a energia e a circulação sanguínea por todo o corpo. Estes pontos especiais podem diagnosticar e tratar diferentes desequilíbrios, pois os pés são a base do corpo e a nossa conexão com a terra.

PROGRAMA PARA PARAR DE FUMAR

60 minutos – 190€

Pode ter tentado parar de fumar antes, mas talvez os sintomas de abstinência lhe tenham causado ansiedade e a luta tornou-se muito difícil. Existe uma solução mais natural, indolor e de alta taxa de sucesso - com a acupuntura - uma ferramenta comprovada e eficaz para ajudá-la/o a parar de fumar, minimizando os desejos e acalmando o sistema nervoso.



PROGRAMA ANTICELULITE E ADELGAÇANTE

60 minutos – 190€

Acelere o seu metabolismo com este tratamento incrível que a/o fará sentir-se mais saudável e mais leve. A acupuntura oferece excelentes efeitos moduladores para diferentes partes do corpo, como abdómen e nádegas, tratando o excesso de peso, celulite e flacidez.

TERAPIA DE VENTOSAS

45 minutos – 90€

O efeito de sucção da pressão negativa criada pelas ventosas aumenta o fluxo sanguíneo para a área, soltando os músculos e sedando o sistema nervoso. Resumindo: a ventosa cria um trauma controlado, que aumenta a capacidade de cura do corpo. A ventosa tem diferentes modalidades e a potência de sucção pode ser controlada para evitar hematomas, ou de acordo com o gosto pessoal.

AULAS PESSOAIS DE TAI CHI - QI GONG

50 minutos – 75€ (1 pessoa) – 90€ (2 pessoas)

Estas práticas têm algo em comum, não são meros exercícios físicos, são meditações em pé e em movimento, que podem reequilibrar o ser como um todo, combinando técnicas de respiração com posturas específicas. Ao praticá-las, têm um forte efeito terapêutico, com fantásticos benefícios de cura.



Rua Anneliese Pohl, Alporchinhos · P-8400-450 Porches · Algarve · Portugal
Tel: +351 282 320 100 · reservas@vilavitaparc.com
www.vilavitaparc.com