



IKI SPA

RITUALI DI BELLEZZA E BENESSERE

Iki è un termine giapponese
che rappresenta un concetto essenziale che indica
fascino, eleganza, bellezza fisica, energia spirituale.

Iki Spa è un angolo di casa affacciato
su una tipica corte milanese nel quartiere Isola.
Un'oasi di silenzio capace di attutire tutti i rumori della città
lasciando le difficoltà fuori dall'uscio.

Un'accoglienza intima e familiare: un ambiente elegante
dove si può girare scalzi, bere una tisana in poltrona,
lasciarsi inebriare dal profumo delle essenze, abbandonarsi
al piacere di essere seguiti e coccolati dai nostri esperti.

IL METODO IKI

Frutto di oltre trent'anni di esperienza nella medicina cinese,
ayurveda e massoterapia, abbiamo creato il Metodo Iki:
un percorso personalizzato che unisce la saggezza delle antiche
tradizioni orientali alle più recenti tecnologie
per riequilibrare corpo e mente.

Il Metodo si fonda su una visione olistica dell'individuo
in cui il lavoro sul corpo è imprescindibile da quello sulla mente.

Alla base degli straordinari risultati del Metodo Iki
nel rimodellamento del corpo c'è infatti l'intervento
sul riequilibrio energetico della persona insieme a una sapiente
combinazione di tecniche olistiche, tecnologie all'avanguardia
e principi attivi di ultima generazione.



PERCORSI ACQUA E VAPORE

L'acqua è "viva" fonte di emozione e benessere.

I percorsi Iki Spa combinano manualità, prodotti ecobio di alta qualità, stanze vapore e hammam, per ritrovare un nuovo equilibrio di mente e corpo.

PURIFICAZIONE (HAMMAM)

Tepore, lavaggio, saponi nutrienti, nuvole di vapore, docce alla rosa, tè e tisane per vivere una piacevole sensazione di rinascita

Durata: 70 minuti

PERCORSO DEI SENSI

Mani esperte partono dal viso e scendono lungo tutto il corpo.

Peeling salini aprono la strada a essenze che inebriano tutta la stanza.

I fanghi drenano, le pietre calde regalano piacevoli sensazioni e un tuffo nel bagno di vapore elimina, oltre alle tossine, anche stanchezza e pensieri negativi.

Durata: 120 minuti

PERCORSO ORIENTALE

Tornare bambini: farsi detergere con guanti di seta e saponi nutrienti, lasciarsi coccolare da una nuvola di caldo vapore e abbandonarsi alle piacevoli sensazioni di un massaggio rilassante.

Durata: 110 minuti



PERCORSI DELLA NATURA

I nostri percorsi nascono da un'attenta osservazione del comportamento spontaneo degli individui rispetto alla natura: ognuno sceglie un colore, una forma, una fragranza e spesso la sua preferenza non è casuale. Non esistono, infatti, due piante con lo stesso profumo e l'essenza ne rappresenta in un certo senso la "personalità" che si modifica a seconda della stagione e dell'ora durante la giornata.

PASSEGGIATA IN PROVENZA: RILASSANTE

Lasciati avvolgere ...

Blu come tranquillità, serenità. Un trattamento pacificante per calmare la mente e ritrovare se stessi grazie agli infusi di lavanda da "colare" sul capo, movimenti a onda sul corpo e a peeling con polveri di fiori che colorano di blu: le tensioni si allentano e le energie si recuperano.

Durata: 75 minuti

BREZZA DI TIGLIO: FRESCHEZZA E VITALITÀ

Tiglio e argille in un fango che avvolge il corpo scaldato dal vapore, elicriso per accarezzarlo con manualità lente che riattivano la circolazione linfatica alleviando pesantezza e ritenzione.

Durata: 85 minuti

NOTE DI ROSA: VITALITÀ PER LA TUA PELLE

Peeling con polvere di rosa per il viso ed il corpo, massaggio rivitalizzante e stimolante, per esaltare la femminilità e restituire alla pelle idratazione ed elasticità attenuando i segni del tempo.

Durata: 75 minuti

ARMONIA DI AGRUMI: LEGGEREZZA CORPO MENTE

Arancio, limone, per alleggerire sia il fisico che l'animo. Infusi caldi e massaggi energici per compattare non solo cellulite e cattiva circolazione ma anche stanchezza e stress, regalando tono e positività.

Durata: 65 minuti.

I VIAGGI DI IKI

VIAGGIO NEL MEDITERRANEO

Un viaggio intenso ed armonico che, grazie ad una purificazione iniziale seguita da manualità profonde, rinnova, rivitalizza e nutre il corpo restituendo una piacevole sensazione rigenerante.

Il rituale inizia con una "spazzolatura" per stimolare il microcircolo ed eliminare cellule morte e si prosegue strofinando delicatamente fagottini imbevuti nell'olio caldo d'oliva ed elicriso e riempiti di polveri di mirto, rosmarino e ginepro.

Durata: 80 minuti

VIAGGIO NEI CARAIBI

Un viaggio emozionale verso un paradiso esotico dove l'energia e il profumo dei Caraibi regalano un profondo stato di rilassamento e benessere a tutto il corpo.

Il rituale inizia con un peeling di papaia e cocco che viene massaggiato energicamente sul corpo seguito dall'applicazione una maschera ai fiori di tiaré e avocado.

Dopo una doccia tropicale si è pronti per ricevere un massaggio con manualità hawaiane, per distendere i muscoli e nutrire in profondità.

Durata: 75 minuti

VIAGGIO IN GIAPPONE

Un rituale di bellezza per far risplendere la pelle e donare armonia. Accarezzare il corpo con olio di camelia, detergerlo con savonage al bambù, nebulizzarlo con acque floreali per poi avvolgerlo in una maschera nutriente ai fiori di loto, il tutto in un ambiente inebriato da dolci fragranze.

Si completa con un massaggio schiena con sfere di legno e un massaggio viso liftante.

Durata: 100 minuti

VIAGGIO IN AMAZZONIA

Immergersi nella natura per coglierne tutta l'energia.

Avvolgere il corpo con burri caldi muru muru, drenarlo con bastoni di bambù, esaltare il viso con maschere illuminanti e cristalli di quarzo.

Dondolii, oscillazioni per calmare la mente e donare energia.

Durata: 80 minuti

VIAGGIO IN INDIA

Dall'antica scienza ayurvedica un rituale di benessere che sfrutta la potenza della natura e la riconnessione con gli elementi.

Si inizia con la valutazione del dosha (costituzione) e degli squilibri per definire il tipo di massaggio e olio da utilizzare. Le manualità ritmate, dolci e profonde, un vero e proprio dialogo tra mani e corpo, una danza per riconnetterci con noi stessi. Si termina purificazione con polveri di piante e fiori e un lavaggio che ci fa tornare bambini.

Durata: 90 minuti

VIAGGIO MILLE ED UNA NOTTE

L'oriente che trasporta le sue essenze afrodisiache per regalare esperienze magiche.

Sapone nero e gelsomino per preparare il corpo alla purificazione ed alleggerirlo dalle tossine. Manualità energiche dal ritmo armonico cospargono il corpo di olio di argane e ylang ylang concludendo con una maschera calmante a base di sandalo.

Durata: 80 minuti

AYURVEDA



E' un antico sistema di prevenzione e guarigione che include dieta, utilizzo di erbe e spezie appropriate, comportamento, pratiche yoga, meditazione e massaggio.

L'Ayurveda si occupa di tutti gli aspetti del benessere, quello fisico, quello psichico e quello spirituale; secondo Ayurveda la salute non è solo assenza di malattia ma è uno stato di continuo appagamento e di benessere, uno stato di felicità fisica, mentale e spirituale con noi stessi e con l'ambiente che ci circonda.

Ogni essere è un microcosmo formato e composto dai 5 elementi (etere, aria, fuoco, acqua, terra).

Questi elementi con caratteristiche diverse, collaborano affinché ciascuna parte svolga la propria funzione.

A seconda della loro combinazione si creano 3 forze definite Dosha: Vata, Pitta, Kapha.

ABHYANGAM

massaggio ayurvedico (Vata, Pitta, Kapha) a 4 mani

GARBABHYANGAM

massaggio per la donna in gravidanza

NEERABHYANGAM

massaggio linfatico

NALABHYANGAM

massaggio venoso linfatico

UDVARTANA

massaggio con le polveri di erbe

SHIRODHARA

colatura di oli o decotti medicati sulla fronte

SARVANGA ABHYANGA

massaggio tradizionale del sud dell'India

SNEHANA

oleazione con amore

UBATAN

trattamento illuminante, rigenerante pelle

PINDA SVEDA

tamponi caldi, contenenti una miscela di erbe e spezie

PARZIALI

SHIRO ABHYANGA

il massaggio di testa, collo e spalle

THANDA ABHYANGA

il massaggio della schiena

MUKA ABHYANGA

il massaggio del viso

HASTA ABHYANGA

il massaggio delle mani

PADA ABHYANGA

il massaggio dei piedi

SPECIAL

BASTI

olio medicato per applicazioni localizzate

PICHU

tampone immerso in olio
da applicare su zona specifica.

SPA SPECIAL

La bellezza è lo specchio di ciò che accade in noi.
Esaltiamo la bellezza esteriore per raggiungere il benessere interiore.



HIKARI

Carezze all'olio di riso e bambù aprono la via a nuvole di seta per nutrire e levigare la pelle. Lievi pressioni in sinergia con le ricchezze del mare, sprigionano energia per esaltare la luce della bellezza.

Durata: 70 minuti

KOKORO (CUORE)

Spugnature al bambù e the verde per eliminare le impurità, gelsomino e cedro si fondono all'olio e alle sfere di ciliegio per ricevere un dolce massaggio, protetti da un bozzolo di vapore.

Un rituale avvolgente che nutre e rinvigorisce il corpo e la mente, regalando una piacevole sensazione di leggerezza.

Durata: 85 minuti

KOBIKI

Il massaggio viso dell'eterna giovinezza. Sinergia tra Giappone, India e Cina per un viso tonificato e una sferzata di energia.

Un massaggio che rigenera sia il viso che lo spirito.

Durata: 60 minuti

GOLD VISO

Trattamento viso oro 24Kt, la pelle è levigata e idratata sublimata da riflessi perlati e dorati. Consigliato per il trattamento delle macchie, delle rughe e dell'atonia.

Durata: 65 minuti

ROYAL VISO

Trattamento viso olistico.

Durata: 70 minuti

MANUALITÀ

Il massaggio é la tecnica antica più usata.
Un rituale che comprende ogni aspetto del benessere umano:
fisico, psichico e spirituale.

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

Il linguaggio del piede è cristallino.
Un'accurata osservazione permette
di rilevare squilibri del corpo e, grazie
alla stimolazione di specifici punti, di
riequilibrare l'energia dell'organismo
e stimolare il funzionamento degli
organi e del loro metabolismo.

Durata: 30 minuti circa

IO MASSAGE

Le dottrine orientali e la
psicosomatica considerano gli
inestetismi messaggi di un corpo
che chiede aiuto perché sta
perdendo equilibrio. Saranno la
corretta interpretazione di tali
messaggi e la scelta della relativa
manualità a restituire il benessere
e a far ritrovare l'armonia.

Durata: 60 / 45 minuti

LINFODRENAGGIO MANUALE

Lenti movimenti delle mani soffici
pressioni e pompaggi rendono
questo massaggio uno strumento
ideale ed efficace per ridurre
gonfiori ed edemi dovuti
al cattivo funzionamento della
circolazione linfatica.

Durata: 70 minuti totale / 45 minuti
parziale

MASSAGGIO EMOZIONALE

L'interpretazione dell'inestetismo
come messaggio di un'emozione
trattenuta, permette di intervenire
sulle zone del corpo per allentare
tensioni e contratture, migliorare
blocchi adiposi e gonfiori e, grazie
al processo di scollamento, alla
riflessologia plantare e a impacchi di
oli essenziali, di ripristinare l'elasticità
dei tessuti elevando lo stato
metabolico generale e ridonando
un aspetto armonioso.

Durata: 45 minuti circa

MASSAGGIO CONNETTIVALE

È un vero e proprio massaggio
di pulizia degli organi interni: le
stimolazioni mirate e profonde
hanno effetto diretto sulla
muscolatura e sulle tossine
accumulate anche in punti distanti
dall'area trattata.

Durata: 50 minuti circa

MASSAGGIO ONDA / ONDA DI IKI

Come l'onda s'infrange sulla terra lasciandone l'impronta, così le manualità di questo massaggio modellano e distendono il corpo. Un momento unico che distende il corpo donando grande energia.

Durata: 50 minuti circa

SHORT MASSAGE

Per chi, preso dalla frenesia cittadina, non può dedicarsi molto tempo, ma non vuole rinunciare ai benefici di una piccola coccola mirata, di un massaggio rilassante o energizzante.

Durata: 30 minuti circa

MASSAGGIO DRENANTE CIRCOLATORIO

Un tocco leggero e fluido per stimolare il sistema linfatico e venoso favorendo l'eliminazione delle tossine. Perfetto per ridurre gonfiore e cellulite, donando una sensazione di leggerezza e vitalità.

Durata: 45 minuti circa

MASSAGGIO CALIFORNIANO

Un viaggio sensoriale attraverso delicate sfioramenti e allungamenti muscolari. Rilassa corpo e mente, alleviando tensioni e stress. Ideale per chi cerca un momento di profondo benessere.

Durata: 60 minuti circa

MASSAGGIO THAI FOOT

Un'antica tecnica che agisce sui punti energetici dei piedi. Combina pressioni, allungamenti e digitopressione per riequilibrare il flusso energetico e alleviare dolori muscolari e articolari.

Durata: 35 minuti circa

REGALA ALLA MAMMA UN'ESPERIENZA UNICA

Dedicato alle mamme o a chi lo è appena diventata, una maniera di prendersi cura di sé e ritrovare forma ed energia. Un messaggio personalizzato pensato per coccolare e rigenerare.

MASSO TERAPIA

Massoterapia come risposta alle tensioni accumulate:
tecniche e manualità dal tocco terapeutico che favoriscono
un profondo rilassamento muscolare.



MASSAGGIO SCHIENA

Un trattamento sinergico di manualità, riflessologie, impacchi per allentare tensioni e sciogliere contratture alla schiena, come al collo.

Durata: 30/40 minuti circa

MASSAGGIO NEUROTENDINOMUSCOLARE

Quando la mente rifiuta ciò che la mente ci impone, assumiamo posture involontarie che a lungo andare alterano il nostro equilibrio. Questo massaggio allenta le tensioni articolari, ripristina la mobilità degli arti e migliora le disarmonie del corpo.

Durata: 60 minuti / 45 minuti short

TECAR

Risveglia la tua energia vitale con la Tecar Estetica, un trattamento che ti fa sentire al meglio in un batter d'occhio!

MASSAGGIO DECONTRATTURANTE ENERGIA

Dai il benvenuto al relax totale con il nostro massaggio decontratturante, che ricarica il tuo corpo di nuova energia e ti fa sentire rinnovato.

COPPETTAZIONE

Prova la Coppettazione, un antico trattamento che allevia tensioni muscolari e promuove il benessere generale del tuo corpo, lasciandoti fresco e rinvigorito.

TAPING NEURO-MUSCOLARE

Riduci il dolore e migliora la tua mobilità con il Taping Neuro-Muscolare, un supporto sicuro e confortevole per il tuo corpo mentre ti muovi verso il benessere.

ESTETICA AVANZATA

La scienza a servizio della bellezza



ENDOSPHERES

È un trattamento che agisce su più livelli: migliora il microcircolo, attiva il sistema linfatico eliminando liquidi tossici, rimodella disgregando accumuli adiposi, ottimizza il tono muscolare.

Agisce su: cellulite, buccia d'arancia, edemi, gonfiore, adipe addominale, post-gravidanza.

LASER FILLER

Metodologia estetica non invasiva per trattare le rughe del viso e del décolleté. Permette di veicolare sostanze nutritive e anti-age capaci di riempire al massimo le rughe appianandole.

MIOTONIC

Attraverso la sinergia di diversi mezzi fisici: Laser LLLT, cold shock, led fotodinamici, vibrazione mioattivante e veicolazione ripristina la tonicità dei tessuti. Agisce su flaccidità, perdita di compattezza e nutrimento dei tessuti.

TECAR TERAPIA ESTETICA

In grado di rimodellare, in maniera non invasiva, i tessuti contrastando il rilassamento cutaneo di viso e corpo. Un'azione importante è data dalla veicolazione di principi attivi in profondità.

LINFOTECAR

La linfotecar è un linfodrenaggio profondo, adatto a inestetismi come cellulite, edema e ritenzione.

I NOSTRI PRODOTTI

Sono molti anni che mi occupo del benessere e della bellezza delle persone ed ho più volte desiderato creare una linea di prodotti che rispecchiasse i valori guida della mia vita e della Iki Spa.

Sono nati i tre oli Iki Spa.



A glass bottle of orange liquid is tilted on the left, with a glass jar of cream on the right. Dried, light-colored leaves are scattered on the white surface. The text is centered in the middle of the page.

HARUKI

Dedicato a chi ha una pelle secca,
disidratata, ipotonica, squamosa.

Rivitalizza, nutre,
idrata, protegge, tonifica.

MEIKI

Per pelli delicate, reattive,
presenza di capillari,
pelli secche che si arrossano facilmente,
screpolate, disidratate, avvizzite,
infiammate.

Adatto anche ai bambini.

HIKARI

Per pelli mature, stanche, spente,
che hanno perso compattezza,
elasticità e luminosità.

Ottimo per levigare o prevenire
i segni del tempo.



PRENOTAZIONI

Per chi volesse raggiungere IKI SPA con la propria automobile
è possibile parcheggiare all'interno del garage "Farini",
in via Farini 30 (a 20 metri circa dal Centro),
una speciale convenzione offre la prima ora di sosta gratuita.

È possibile prenotare i trattamenti IKI SPA
Lunedì dalle ore 16:00 alle 19:00
dal Martedì al Venerdì dalle ore 10:00 alle ore 21:00
Sabato dalle ore 9:00 alle ore 16:00

IKI SPA
Rituali di Bellezza e Benessere

via Carlo Farini, 35 20159 Milano Tel. 02 69000455 Cell. 375 7820900

ikispa.itiki@ikispa.it