

ELLE

WWW.ELLE.RU

ИЮЛЬ 2019

ISSN 1560-3180
19.007
9 771560 318003



Allora & Calzadilla
ПРИВОЙ. 2019



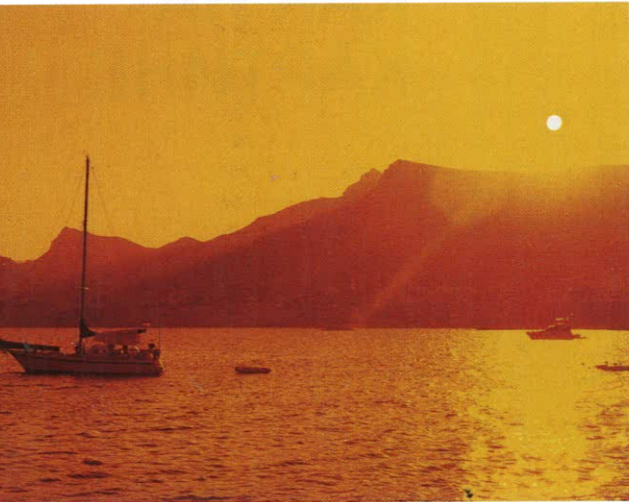
ШКОЛА ЖИЗНИ



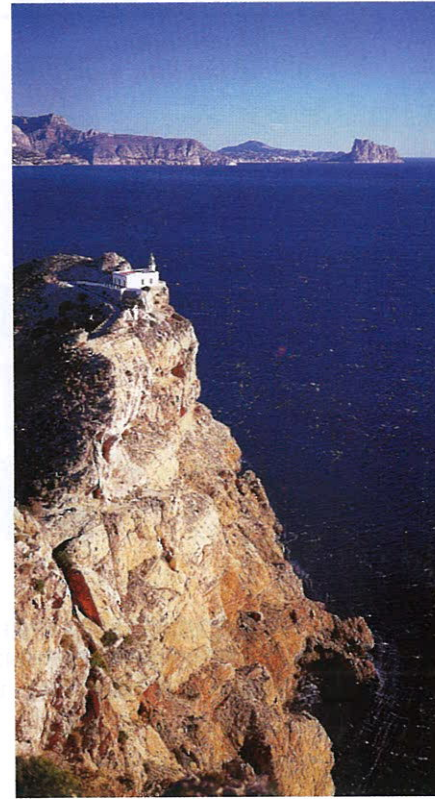
ЭСКАПИЗМ КАК ФОРМА ИСКУССТВА. ЭТОТ ТЕЗИС ИЗ ГОДА В ГОД ПОДТВЕРЖДАЮТ СПЕЦИАЛИСТЫ **ПЕРЕДОВОЙ ВЕЛНЕС-КЛИНИКИ SNA** НА ЖИВОПИСНОМ ПОБЕРЕЖЬЕ РЕГИОНА **ВАЛЕНСИЯ**. ЗА ЛАКОНИЧНЫМ НАЗВАНИЕМ СТОИТ ЦЕЛЫЙ КОМПЛЕКС ЭФФЕКТИВНЫХ ПРОГРАММ ПО ВОССТАНОВЛЕНИЮ **ДУХОВНОГО РАВНОВЕСИЯ** И **ФИЗИЧЕСКОЙ ФОРМЫ**

ИСПАНИЯ

Если долго и в правильном направлении бежать от дедлайнов и деловых встреч, можно оказаться на средиземноморском побережье в окружении пейзажей природного парка Сьерра-Элада. Там вас встретят амбассадоры велнес-клиники SNA, которые приложат все возможные усилия, чтобы вернуть тело и душу



Микроклимат этой зоны признан ВОЗ одним из лучших в мире: средняя температура +15–25 °С и 330 солнечных дней в году



трудоголика к состоянию нирваны. Важное замечание: авторский метод лечения Альфредо Батальера Парьетти, тандем традиционной медицины и современных технологий, — это не тот случай, когда, покидая санаторные пределы, закуливаешь за ближайшим поворотом. Специалисты клиники ставят перед собой цель в первую очередь научить человека мудро пользоваться ресурсами своего организма и заботиться о его благополучии по возвращении к привычному образу жизни.

Первый шаг на пути к тотальному обновлению — это заполнение подробной анкеты, на основе которой составляется индивидуальный план действий. Основательный подход к оздоровлению начинается с пищевых привычек (все по заветам макробиотической системы питания, основанной на учении даосизма). Диетологи клиники прививают здоровый интерес к сбалансированному рациону проверенным способом позитивного закрепления — отличной кухней. В ресторане SHAMADI подают авторские блюда с элементами средиземноморского и японского фьюжна, а ингредиенты для них выращивают на собственном участке неподалеку от кухни.

Из несъедобных удовольствий к услугам постояльцев 14 оздоровительных программ, сочетающих в себе древнейшие практики натуральной терапии, последние достижения превентивной медицины и альтернативные методы лечения. А еще — 5 000 квадратных метров велнес-зоны с комплексом бассейнов, фитнес-центром и почти

сотней процедурных и косметологических кабинетов. Словом, никакого недостатка в площадях: практиковать хатху можно, не опасаясь широкой амплитуды движений гимнастики цигун.

В прошлом году клиника SHА отметила десятилетие успешной деятельности и приготовила для своих гостей приятный подарок: теперь, помимо 93 сьютов, можно остановиться в одной из одиннадцати роскошных резиденций. Каждая имеет отдельный вход, частный бассейн, террасу, свой сад, а также, в зависимости от категории (Garden, Premier или Penthouse), может быть оборудована собственным фитнес-залом, зоной для процедур, турецкой баней или сауной и даже небольшим кинотеатром. И главная новость: новые резиденции готовы принять даже самых маленьких последователей здорового образа жизни, поэтому отправиться постигать тайны внутренней гармонии теперь можно всей семьей. ■

Комплекс SHА построен по проекту уругвайского архитектора КАРЛОСА ЖИЛЯРДИ и дизайнера ЭЛЬВИРЫ БЛАНКО МОНТЕНЕГРО

