

ВЫ И ВАША СВАДЬБА

WEDDING

№ 1 (100) ЯНВАРЬ-ФЕВРАЛЬ 2018

100

- ЛАЙФХАКОВ
ДЛЯ НЕВЕСТЫ
- ЛЕТ ТОМУ НАЗАД

+1 ВЕК
СВАДЕБНОЙ МОДЫ

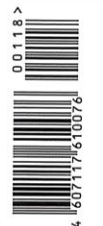


ИТОГИ
WEDDING
AWARDS
2017

Событий номер

ПОДАРКИ

ДЛЯ НЕЁ
ДЛЯ НЕГО
ДЛЯ ДВОИХ



16+



МАРШРУТ

ГАРМОНИЯ ВО ВСЕМ

СРЕДИЗЕМНОМОРСКОЕ ПОБЕРЕЖЬЕ ИСПАНИИ – ОДНО ИЗ КРАСИВЕЙШИХ МЕСТ ДЛЯ ПУТЕШЕСТВИЙ. ЖИВОПИСНЫЕ ПЕЙЗАЖИ, ЧИСТОЕ И ТЕПЛОЕ МОРЕ И УЮТНЫЕ ПРИБРЕЖНЫЕ ГОРОДА – В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ ГОДА ЗДЕСЬ БУДЕТ ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ.

ЧТО ПОСМОТРЕТЬ

Альтеа – красивый городок на побережье Коста-Бланка в Аликанте, провинции Валенсии. Здесь находится природный парк Сьерра-Элада – горный хребет, поросший древним лесом. В этом месте он подходит прямо к морю, создавая потрясающие пейзажи. Для любителей активного отдыха разработаны горные маршруты различной сложности, а ценители искусства наверняка предпочтут затеряться на мощеных улочках Альтеа, который по праву называют самым богемным городом Испании. Помимо факультета изящных искусств крупного испанского университета, в Альтеа располагается множество художественных галерей, театров и концертных залов, так что здесь всегда можно попасть на интересную выставку или посмотреть модную театральную постановку. А уличные художники и многочисленные лавочки добавляют этому месту особый колорит.

Главная достопримечательность городка – католическая церковь **Nuestra Señora del Consuelo** – ее изображения и фотографии очень любят помещать на открытки и сувениры Коста-Бланки, за что церковь часто называют «куполом Средиземноморья». Она находится на вершине холма, и подняться к ней можно по живописным дорожкам и лестницам. Не менее интересна и старая часть города, которая расположилась вокруг церкви, на склонах холма.





ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ

Не все знают, что Альтеа – не только место традиционного летнего отдыха, но и кузница красоты и здоровья. Здесь находится **SHA** – wellness-клиника мирового уровня – настоящая находка для влюбленных и их близких, мечтающих восстановить силы, открыть в себе внутренние ресурсы энергии, привести душу и тело в равновесие и обрести гармонию. Уникальный метод SHA основывается на знаниях восточной и западной медицины, особое внимание уделяется еде, уникальным процедурам и фитнес-тренировкам. Стоит ли говорить, что среди многочисленных программ клиники каждый обязательно найдет то, что нужно именно ему для отдыха и восстановления сил. *W*

6 ПОВОДОВ ПОЕХАТЬ В SHA WELLNESS CLINIC

- 1 Метод SHA, разработанный Альфредо Батальером Париетти и непревзойденной командой специалистов клиники, позволяет бороться с любыми проблемами и недугами, активизируя собственные силы организма.
- 2 Бессонница, возрастные изменения, стресс, утомление, лишний вес, необходимость очищения организма – в клинике разработаны программы для любых целей.
- 3 Здесь практикуется сугубо индивидуальный подход: все процедуры и мероприятия назначаются только после общения со специалистом и соответствующей диагностики.
- 4 Акупунктура, шиацу, йога, цигун, тай-чи, ватсу, физиотерапия, рефлексология, моксibusiон и рейки, серо-, озон- и фототерапия – вот лишь немногие из лечебных процедур, предлагаемых в SHA Wellness Clinic.
- 5 Разработкой методик и лечением занимаются специальные отделения клиники: эстетической, регенеративной и восстановительной медицины, нормализации сна, здоровья волос, развития когнитивных навыков, биоэнергетической медицины, генетики, эстетической стоматологии. Не существует такой телесной или душевной проблемы, с которой не справились бы специалисты SHA.
- 6 Окунувшись в один из терапевтических бассейнов, побродив по камням, прогулявшись по различным зонам релаксации, окруженным красивейшим садом дзен, пройдя процедуру многомерного или водного расслабляющего массажа, вы почувствуете, что находитесь именно на отдыхе.



КУХНЯ SHA

Питание в клинике SHA основано на принципах макробиотики, и в ресторане SHAMADI можно отведать изысканные здоровые блюда со штрихами средиземноморской и японской кухни, приготовленные исключительно на основе органических натуральных продуктов. Эта система питания была удостоена премии *Millesime* как «Лучшая гастрономическая тенденция 2009 года». С недавнего времени у SHA есть собственный огород, на котором выращиваются большая часть продуктов, используемых в ресторане SHAMADI.

