

13 НОЯБРЯ 2019

# travel

**Коммерсантъ** *Стиль*  
Тематическое приложение  
к газете «Коммерсантъ» №50

**Вторая  
столица  
Португалии**

| 14

**Гастрономический  
Израиль**

| 22

**Фитнес,  
йога  
и детокс**

| 39



### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ «КОММЕРСАНТЪ»

TRAVEL  
**ВЛАДИМИР ЖЕЛОНКИН**  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
АО «КОММЕРСАНТЪ»,  
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
ГАЗЕТЫ «КОММЕРСАНТЪ»  
**АНАТОЛИЙ ГУСЕВ**  
АРТ-ДИРЕКТОР АО,  
АРТ-ДИРЕКТОР ПРОЕКТА  
**ВЛАДИМИР ЛАВИЦКИЙ**  
РУКОВОДИТЕЛЬ СЛУЖБЫ  
«ИЗДАТЕЛЬСКИЙ СИНДИКАТ»  
**НАТАЛЬЯ ЛУЧНИНОВА**  
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
**ЛЮБОВЬ НЕВЕРОВСКАЯ**  
ЗАМЕСТИТЕЛЬ  
ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА  
**МИХАИЛ РЕШЕТЬКО**  
ГЛАВНЫЙ ХУДОЖНИК  
**ЕЛЕНА ГАХ**  
ТЕКСТ-РЕДАКТОР  
**ЕКАТЕРИНА ЕЛИСЕЕВА**  
ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР  
**ЕЛЕНА ВИЛКОВА**  
КОРРЕКТУРА  
**МАРИЯ ЛОБАНОВА,**  
**ВИКТОРИЯ МИХАЙЛЕНКО**  
БИЛЬД-РЕДАКТОРЫ  
**КОНСТАНТИН ШЕХОВЦЕВ**  
**ЕЛЕНА БОГОПОЛЬСКАЯ**  
**ТАТЬЯНА ЕРЕМЕЕВА**  
**МАРИНА ЗАБОТКИНА**  
**ИРИНА РОМАНОВСКАЯ**  
ВЕРСТКА  
**РЕКЛАМНАЯ СЛУЖБА:**  
ТЕЛ. (495) 797-6996, (495) 926-5262

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:  
121609, Г. МОСКВА,  
РУБЛЕВСКОЕ Ш., Д. 28  
ТЕЛ. (495) 797-6970, (495) 926-3301  
**УЧРЕДИТЕЛЬ:**  
**АО «КОММЕРСАНТЪ»**  
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ  
К ГАЗЕТЕ «КОММЕРСАНТЪ»  
ЗАРЕГИСТРИРОВАНО  
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБОЙ  
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ СВЯЗИ,  
ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ  
И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ,  
РЕГИСТРАЦИОННЫЙ НОМЕР И ДАТА  
ПРИНЯТИЯ РЕШЕНИЯ О РЕГИСТРАЦИИ:  
ПИ № ФС77-76923 ОТ 11.10.2019

ТИПОГРАФИЯ  
«ПОЛИГРАФИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС  
„ПУШКИНСКАЯ ПЛОЩАДЬ“»  
109548, МОСКВА,  
УЛ. ШОССЕЙНАЯ, Д. 4Д.  
ТЕЛ. (495) 276-1606,  
ФАКС (495) 276-1607;  
PRINT@PKPP.RU, WWW.PKPP.RU.  
ТИРАЖ: 75 000  
ЦЕНА СВОБОДНАЯ

16+



НА ОБЛОЖКЕ: РЕТРОТРАМВАЙ  
В ПОРТУ | VICTOR OVIES ARENAS /  
GETTY IMAGES

### 44\_ВЕЛИКОЕ ДЕЛО ДЕТОКСА CHENOT PALACE



ARIS VITAE

#### 6, 8, 10\_новости

##### маршруты

**12\_ЗА ИСКУССТВОМ**  
ЛУЧШИЕ ВЫСТАВКИ ЗИМЫ

##### путешествие

**14\_РАЗНОЦВЕТНАЯ**  
**РЕАЛЬНОСТЬ**  
О ВТОРОЙ СТОЛИЦЕ  
ПОРТУГАЛИИ  
**18\_КУРС НА ЮГО-ЗАПАД**  
ТРИ ДНЯ В ТУРКУ  
**20\_ГОРОД МИРА**  
О ГЛАВНОМ В ИЗРАИЛЕ  
**22\_ЛУЧШИЙ КУСОК**  
СОВЕТЫ ГАСТРОНОМА

##### weekend

**26\_С КРАТКИМ ВИЗИТОМ**  
ЗА ЧЕМ ЕХАТЬ В НОЯБРЕ  
В САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

##### место

**27\_В ОЖИДАНИИ СНЕГА**  
О КУРОРТЕ «РОЗА ХУТОР»  
**28\_КРУТАЯ ГОРА**  
О НОВОЙ ЖИЗНИ  
АНДЕРМАТТА

##### booking

**32\_КАНН**  
HOTEL BARRIERE LE MAJESTIC  
**33\_ВЕНЕЦИЯ**  
BAGLIONI HOTEL LUNA  
**34\_АРМЕНИЯ**  
THE ALEXANDER  
**35\_ПАРИЖ**  
LE BRISTOL  
**36\_МАЛЬДИВЫ**  
CONRAD MALDIVES RANGALI  
ISLAND  
**38\_ОАЭ**  
ANANTARA THE PALM DUBAI  
RESORT

##### wellness

**39\_ОТДОХНУТЬ АКТИВНО**  
ФИТНЕС-ТУРЫ  
СЕТИ WORLD CLASS  
**40\_ВРЕМЯ ПОДУМАТЬ О ДОШЕ**  
ANANDA IN THE HIMALAYA  
**42\_СПОРТ И НЕ ТОЛЬКО**  
ФИТНЕС-КЕМПЫ  
В ЦЕЛЛЬ-АМ-ЗЕ  
**46\_ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД**  
MRIYA RESORT & SPA  
**47\_ЗДОРОВЬЕ ЧЕРЕЗ ВОДУ**  
ABANO GRAND HOTEL

# ВЕЛИКОЕ ДЕЛО ДЕТОКСА CHENOT PALACE



ARIS VITAE



ARIS VITAE

Чего только не выдумывали журналисты, играя на созвучии каббалы и названия курорта в Азербайджане: и «Попасть в Габалу», и «Учение Габалы», и «Путь в Габалу»... Названия «Габала святош» вроде пока не было. Но это будет именно она, если вы решите провести Новый год в Chenot Palace Health Wellness Hotel в Габале. Потому что тут, как и во всех клиниках Анри Шено, строгий запрет на алкоголь. И 31 декабря в вашем бокале будут лопаться пузырьки «Боржоми» или Evian, не крепче этого. Зато в течение года вам не придется прилагать усилий к тому, чтобы выглядеть сногшибательно. Ведь как Новый год встретишь, так его и проведешь — а вы встретите его в самом здоровом из всех возможных мест.

Как можно ехать худеть в Италию, а теперь и вообще в Азербайджан? Но как-то все-таки можно. Сюда приезжали худеть люди, которых вы вряд ли заподозрите в любви к ЗОЖ, например Павел Лунгин и Валерий Тодоровский. И они тут были, уверяют даже, что соблюдали диету, но потом почти шепотом признаются, что не до конца. Тодоровский рассказывал, что его спас понимающий врач: увидев такого слабого духом клиента, разрешил ему придерживаться самой сытной диеты.

Шено утверждает, что в Габале, как и в Мерано, сама природа помогает великому делу детокса. Существует легенда, что, когда азербайджанцы попросили Анри Шено построить у них в стране клинику, такую же, как в Мерано, тот поставил единственное условие: он сам выберет место. Его возили по всему Закавказью, но ему ничего не подходило. Наняли вертолет и полетели над горами. И опять мэтр говорил, что все не то. Наконец он дал знак возвращаться на базу и уже практически откинулся в кресле, прикрыв глаза, как вдруг его взгляд зацепил вдалеке озеро. Водную гладь окружал сосновый бор, картинка была совершенно открыточной, пасторальной, как будто нарисованная. Шено попросил приземлиться. Через два года французский архитектор Мишель Жуанне выстроил на берегу этого озера несколько альпийских шале. Они отлично вписались в пейзаж. И пейзаж, открывающийся из огромных, во всю стену номеров, окон, стал главным украшением интерьера.



Отель небольшой — всего 72 номера и 3 виллы. Оно и понятно: хозяева хотят быть уверены, что каждый гость получит максимум внимания. И действительно, у гостей ни минуты свободного времени: то криокамера с температурой  $-110^{\circ}\text{C}$ , которая перезапустит многие процессы в организме, то гидроароматерапия для снятия стресса и напряжения, то занятия на тренажерах в altitude room, где за счет разреженного воздуха все усилия дают втрое больший эффект, чем в обычном спортзале. Некоторые гости так увлекаются изучением медицинских новинок, что им не хватает даже времени погулять по огромному (26 га) отдельному парку. И вот это совсем неправильно: горный воздух в Габале — главное медицинское и косметическое средство. Во всяком случае, считается, что именно благодаря ему с первого же дня у всех гостей исчезают проблемы со сном. Страдающие от бессонницы рассказывают, что здесь они спят так, как нигде и никогда больше.

Анри Шено и его жена Доминик (она отвечает за массажи и меню) — лучшая реклама их собственных клиник. Она оба выглядят моложе своего возраста лет на 20. Даже бывая в Москве, они умудряются придерживаться созданной Анри Шено диеты, однако без фанатизма. При этом все гости Chenot Palace в один голос утверждают, что, какой бы суровой ни была их диета, кормили их прекрасно и разнообразно. Как такое может быть, если в системе Шено запрещено мясо, молоко, сахар и еще половина того, что мы любим? За почти 40 лет совместной жизни Доминик отточила кулинарные навыки: ее книга рецептов, вышедшая на многих языках, давно стала бестселлером. Там нет ничего сложного, главное — хорошие, качественные продукты. В Азербайджане с этим проблем нет. Но супруги Шено, кстати, не очень переживают на новомодную тему: мол, только local products, снизим углеводородный след. Нет, если они считают, что на завтрак гостям нужна папайя, потому что она вкусная, полезная, богатая нужными веществами, то у гостей будет самая лучшая папайя, за сколько бы километров ее ни пришлось везти.

Средняя программа рассчитана на неделю, но можно выбрать экспресс-детокс за три дня или на все новогодние праздники взять двухнедельную программу «Оптимизация метаболизма», чтобы уж наверняка перезапустить все процессы в своем организме.

В отличие от большинства спа-отелей, в Chenot Palace рады детям. В меню есть даже детский биолайт. Тут есть и детский клуб, и услуги няни, так что убежденным чайлдфри детский смех мешать не будет, зато для многих гостей это становится решающим аргументом в пользу именно Габалы.

Еще один плюс — горнолыжный курорт «Туфандаг» с новенькими подъемниками и отличными трассами всего в нескольких минутах езды от отеля. Неизвестно пока, что будет в этом году на Кавказе со снегом, но здесь можно с пользой потратить энергию, которая образуется в результате правильного образа жизни. Ну или поплавать в открытом бассейне с подогреваемой водой и романтическим видом на горы.

От Баку до Chenot Palace ехать около трех часов, но дороги практически не замечаешь — такие прекрасные виды вокруг. К тому же это последняя возможность остановиться и поесть по-настоящему, по-азербайджански, перед тем как оказаться в кабале у здорового образа жизни.

Наталья Морозова

