

КРАСОТА & ЗДОРОВЬЕ

НОЯБРЬ № 11 (224) 2018

www.kiz.ru

ДЕЛАЕМ
ТЕЛО
МЕЧТЫ

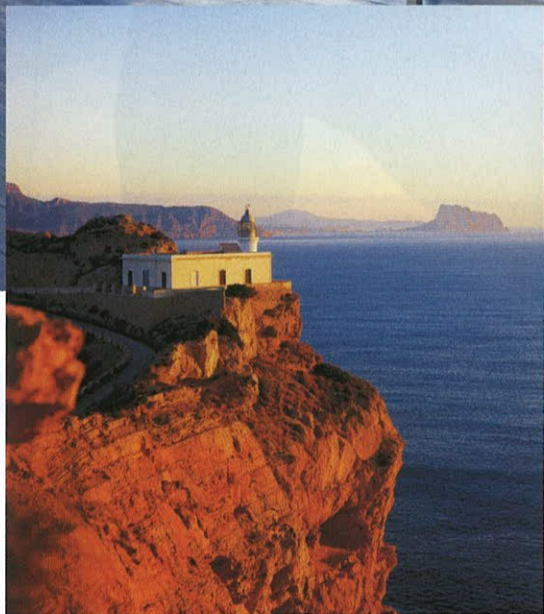
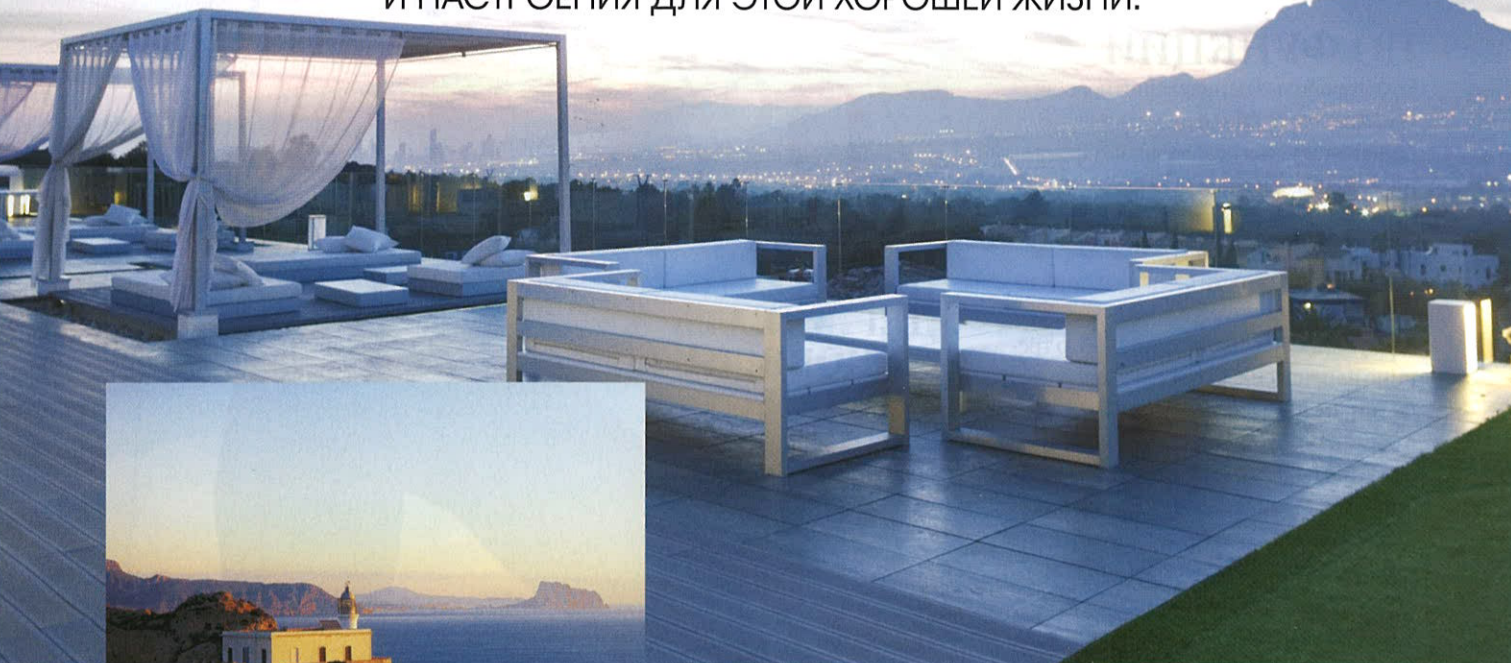
НАТАЛЬЯ
БАРДО:
«Мечтайте
правильно»

Время
перемен

16+

ВЕРНУТЬСЯ К СЕБЕ

СНАЧАЛА МЫ ВСЕ С ВАМИ РАБОТАЕМ для того, чтобы хорошо жить, а когда наконец зарабатываем достаточно для такой жизни, то понимаем, что НЕВЫНОСИМО УСТАЛИ И ПРОСТО НЕТ СИЛ, ВРЕМЕНИ И НАСТРОЕНИЯ ДЛЯ ЭТОЙ ХОРОШЕЙ ЖИЗНИ.



В такой ситуации я предлагаю спастись бегством, но ведь надо знать, куда и для чего бежать, а главное, понимать, что вы получите в результате этого побега, когда все же самолет совершит посадку в аэропорту Шереметьево. Лично я определилась с местом силы — это SHA Wellness

ЯНА
ЛАПУТИНА
И АЛЬФРЕДО
БАТАЛЬЕР



ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР WELLNESS CLINIC ЗАНИМАЕТ БОЛЕЕ 6 000 КВ. М. ПОМЕЩЕНИЯ СПРОЕКТИРОВАНЫ СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ РАЗНООБРАЗНЫХ ФИРМЕННЫХ ПРОЦЕДУР SHA



клеток, неинвазивной косметологии с бесценными азиатскими методиками, такими как шиацу и многое другое. В целом это интегральная медицина, и

перед нами стоит серьезная задача: нашими клиентами являются люди, которые имеют в своей жизни все, за исключением времени. Когда они приезжают к нам на семь — десять дней, мы обязаны в этот срок выдать максимальный результат. Мы сочетаем физические упражнения, процедуры и уделяем огромное внимание

питанию, которое основано на японских разработках в области микробиологии. Не секрет, что, по статистике, в Японии продолжительность жизни самая большая, поэтому мы адаптировали средиземноморскую пищу под их стандарты.

Прекрасный подход, основанный на древнем опыте и передовых исследованиях, да еще и персонализированный... И все же зачем мне к вам ехать?

А. Б.: Потому что та жизнь, которой вы живете, требует от вас времени на себя, в противном случае вы не будете жить долго. Вам необходимо приехать к нам для осознания того физического ресурса, которым вы обладаете,

и перезапустить работу вашей иммунной системы, чтобы в будущем вы могли понимать и вовремя слышать сигналы тревоги, которые подает ваше тело, и предотвращать катастрофу. Важно осознать, что зачастую мы просто не понимаем, что именно происходит с нашим телом и что является причиной происходящего, потому не умеем правильно на это реагировать. А ведь наше



Clinic, расположенная в Испании, а помог мне это сделать Альфредо Батальер, ее генеральный директор, сын основателя клиники.

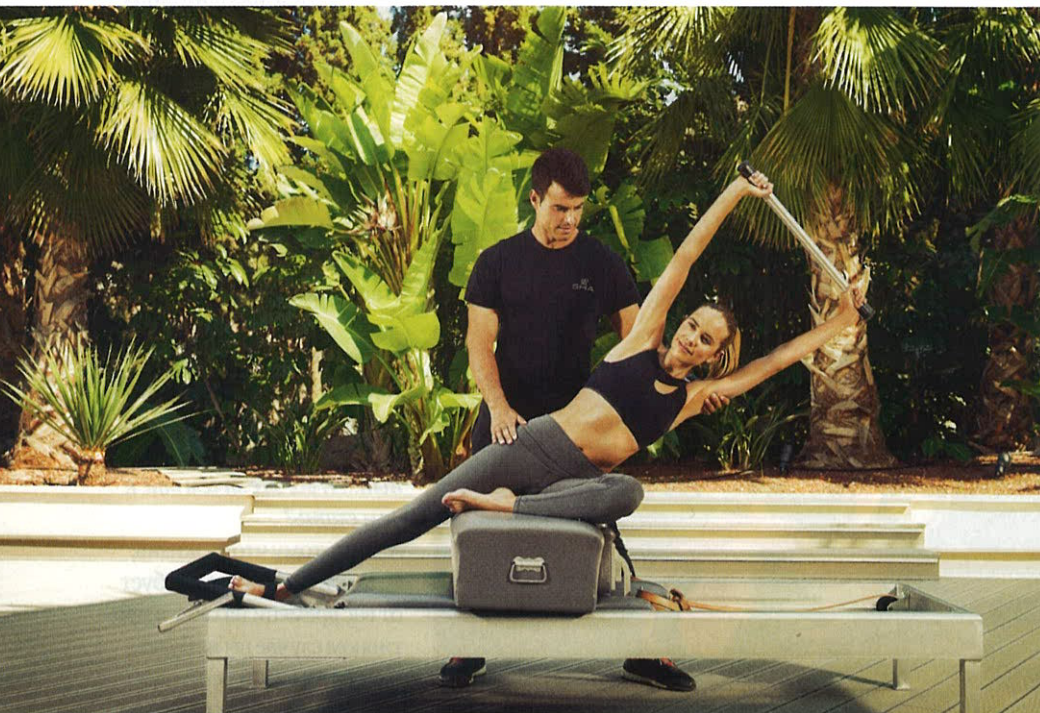
Альфредо, что такое SHA?

А. Б.: Самый правильный вопрос! Это место, где нам удалось совместить самые передовые медицинские разработки в области генетики, стволовых

ПИТАНИЕ В SHA ОСНОВАНО НА ЯПОНСКИХ РАЗРАБОТКАХ В ОБЛАСТИ МИКРО- БИОЛОГИИ



ПРОСТОРНЫЕ И КРАСИВЫЕ ЛЮКСЫ КОМПЛЕКСА SHA WELLNESS CLINIC ОФОРМЛЕНЫ В СТИЛИСТИКЕ МИНИМАЛИЗМА, В ЧЕРНО-БЕЛОЙ ГАММЕ



тело бесконечно говорит с нами, помогает нам, и в SHA мы учим людей понимать себя. По сути, пребывая у нас, вы приходите к самой лучшей версии самого себя!

Пребывание у вас расписано по минутам, таким образом вы пытаетесь сфокусировать людей на правильных целях, отвлекая от привычного распорядка жизни?

А. Б.: Мы заботимся не только о физическом состоянии гостей, но уделяем большое внимание психологическому состоянию. Мы ищем баланс и хотим, чтобы человек полюбил себя. Как бы странно это ни звучало, но самая большая проблема успешных людей — отсутствие любви к самим себе. Человек, находящийся вне баланса, не способен что-либо дать своему окружению, вернее способен, но это требует от него неве-

роятных физических и эмоциональных затрат, которые вредны для здоровья.

В этом году вы отмечаете десятилетие со дня открытия вашей клиники и, как мне кажется, в рамках современной действительности концепция SHA понятна людям. А было ли так десять лет назад? Не были ли ahead of your time?

А. Б.: Вы правы, прошедшее десятилетие явилось для нашего бизнеса настоящей школой, так как в мире все очень сильно изменилось. Вначале было чрезвычайно сложно объяснить нашу концепцию, потому что многие воспринимали нас либо как отель, либо как больницу. Сейчас мы видим, что наши гости поняли концепцию синергии и отстраненности от внешнего мира, которая лежит



БЛЮДА В SNA
ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО
ВКУСНЫЕ
И ПОЛЕЗНЫЕ

вернувшись лицом к себе. Все наши гости делятся на две категории: первые говорят о том, что они не собираются менять что-либо в своей жизни, но готовы приезжать к нам каждые шесть месяцев на перезагрузку; вторая категория гостей готова поддерживать наш уклад жизни дома, привнести его в образ жизни детей, они хотят есть то, что предлагаем мы, и это — победа!

Вы сказали, что ваши клиенты настолько увлекаются вашим подходом, что начинают его транслировать даже на детей, по этой причине

в этом году вы открыли номера, доступные для проживания с детьми?

А. Б.: Да, у нас разработаны программы для детей, начиная с кулинарных классов и специальной гимнастики в бассейне и йоги, до ботанических походов. И в конце дня вы способны



в основе нашего центра. Более того, последнее время к нам приезжают все более молодые успешные люди, которые вовремя и осознанно приходят к пониманию того, что о себе надо заботиться. Сегодня средний возраст нашего клиента — 45 лет, а в начале это было 60 лет! И еще очень важный аспект — раньше к нам приезжали совершенно «выгоревшие» люди, из последних сил продолжающие свое движение вперед, которых было сложно стабилизировать, сегодня большинство наших гостей — повторные визитеры, которые уже знают, на что мы способны, и вовремя распознают сигналы тела, которое говорит: «Пора». И наконец, мы добились самого главного: к нам приезжают, чтобы предотвратить разрушение организма и нервной системы. И скажу честно, было очень сложно этого достичь, и это наш большой успех!

НАШЕ ТЕЛО ВСЕГДА ГОВОРИТ С НАМИ, И МЫ УЧИМ ЛЮДЕЙ ПОНИМАТЬ ЭТОТ ЯЗЫК

Каковы правила, которые необходимо соблюдать, чтобы добиться максимального результата от пребывания у вас?

А. Б.: Важнее всего, приезжая к нам, осознавать, что только SHA не сможет изменить вашу жизнь, что мы — остановка, дающая возможность осмотреться по сторонам и понять, что идет не так и что вы делаете неправильно, обрести основы баланса у нас, но, вернувшись домой, продолжать жить, по-

обмениваться своими впечатлениями и ощущениями со своими детьми, что также становится важной составляющей вашего отдыха.

Слушая вас, я думаю о том, что мы работаем, ставим перед собой цели, но хотим еще и просто жить, причем долго. И выходит, что порой надо просто поставить жизнь на паузу, чтобы потом было что-то еще?

А. Б.: Реальность в том, что мы слишком усложнили свою жизнь! Весь год мы ждем отпуска, а он длится две недели! Это ничто в масштабах жизни; вы живете в ожидании этой маленькой жизни. Мы учим жить каждый день, получая от этого удовольствие, проживая каждый день без бесконечного ожидания, что когда-нибудь наступит это счастливое завтра.