

# TATLER

## WELLNESS & TRAVEL

2020

# 40

## ОТБОРНЫХ ОТЕЛЕЙ

КУДА ГЕРОИ «ТАТЛЕРА»  
ЕДУТ ЗА КРАСОТОЙ  
И ЗДОРОВЬЕМ





Виктория  
Рощанинова  
(Kraftway)  
и Джордж  
Гаитанос (Chenot  
Group).

## ЦЕНТР ПРИТЯЖЕНИЯ

ВИКТОРИЯ РОЩАНИНОВА ВСТРЕТИЛАСЬ С НАУЧНЫМ ДИРЕКТОРОМ CHENOT GROUP ДЖОРДЖЕМ ГАИТАНОСОМ, ЧТОБЫ ЗАДАТЬ ВОПРОСЫ О ЗНАМЕНИТОЙ КОНЦЕПЦИИ АНРИ ШЕНО, А ЗАОДНО УЗНАТЬ, ГДЕ И КОГДА ОН ОТКРОЕТ НОВЫЙ WELLNESS-ЦЕНТР.

**П**ятнадцать лет назад я впервые побывала в Chenot. Расскажите, изменилась ли за это время ваша концепция?

Подход Chenot все тот же. Мы проводим полную перезагрузку организма с помощью детокса и основную ставку делаем на питание. Меню в наших центрах всегда было полезным и низкокалорийным. Но новые технологии и научные достижения позволили специалисту по здоровому питанию Доминик Шено довести блюда до совершенства. Еда теперь не просто полезная, но и вкусная и выглядит красиво. Все продукты мы готовим при низких температурах, почти не используем соль и животный белок. А чтобы снизить риск появления вредных бактерий при готовке, белковые продукты сначала маринуем.

Пятнадцать лет назад в наших центрах никто не занимался спортом. Сейчас все изменилось. Если гость не может тренироваться в полную силу, мы рекомендуем скандинавскую ходьбу. Тем более что каждая наша локация располагает к прогулкам на свежем воздухе. Взять, к примеру, наш новый центр Chenot Palace Weggis, который откроется в мае. Он находится на берегу живописнейшего Люцернского озера.

**Сейчас очень модно практиковать биохакинг. В этой области также большое внимание уделяется научным достижениям и инновациям. Есть ли разница между подходом Анри Шено и биохакингом?**

Наше главное отличие от биохакинга — в отношении к БАД. Наш подход

не подразумевает их прием. Мы трудимся над тем, чтобы активировать природные механизмы организма, и избегаем любого химического воздействия. Вместо того чтобы загружать пищеварительную систему добавками, мы рекомендуем увеличить количество овощей в рационе и снизить потребление мяса. Добавки можно принимать, но только при реальной необходимости и после серьезных исследований. Как раз для таких целей в нашем новом Chenot Palace Weggis предусмотрена огромная лаборатория с передовыми технологиями для дополнительных тестов.

**С нетерпением жду открытия и собираюсь приехать. В последний раз я была в центре в Габале. Мне понравилась постуральная гимнастика по программе Neugas. А у вас есть любимые процедуры?**

Возможно, вы посещали нашу криосауну в центре в Азербайджане, я бы выделил именно ее. В большинстве wellness-центров мира эта процедура подразумевает, что в холоде находится только тело, а голова остается в тепле. В Габале клиенты заходят в криосауну полностью, от чего эффект значительно выше. В Chenot Palace Weggis, кстати, тоже есть криосауна, а также ваша любимая постуральная гимнастика. Ждем вас в гости!