

[МАРИ КЛЭР] РУССКОЕ ИЗДАНИЕ

АПРЕЛЬ 2018

marie claire

#чрез5летна5летмоложе

LOVE SOME BODY

ГЛАВНЫЙ
ТРЕНЕР
НОМЕРА
ПОЛИНА
КИЦЕНКО

ЗОЖ-
КОМАНДА
БАЛЕТ
ВЛАДИСЛАВ
ЛАНТРАТОВ
РАСТЯЖКА
МАТИЛЬДА
ШНУРОВА
АСАНЫ
ЗОИ
САЛДАНА

МОДЕЛЬ:
DAGMARA



D-950CA.B.F.11.NL SK1000FCY1000.GRA-91.GRPCH16.001.GF979

ISSN 1562-5141
9 771562 514007

18004
>

mctravel



ВАЛЕНСИЯ

Антистресс

В одном из самых передовых оздоровительных центров Европы – Sha Wellness Clinic под Валенсией – открылось отделение Mind & Body. Им руководит Консесао Эспада, ведущий в Европе специалист в сфере альтернативной медицины с 25-летним стажем энергетического целительства. Гостям предлагают инновационные индивидуальные программы по управлению стрессом, самосознанию, гармонизации и балансировке энергий. Новые процедуры включают всевозможные техники расслабления, медитации, дыхательные практики, цигун и тай-чи, танцевальную терапию и прочие холистические методы. Добавить к этому разработанную здесь же макробиотическую диету и уникальный микроклимат природного парка Сьерра-Элада, где находится клиника, – и результаты гарантированы. shawellnessclinic.com