

ЕСЛИ ВЫ ПОЛАГАЕТЕ СЕБЯ СОВЕРШЕНСТВОМ. ЕСЛИ ВАША ВНЕШНОСТЬ БЕЗУПРЕЧНА. ЕСЛИ ЗДОРОВЬЕ У ВАС ИДЕАЛЬНОЕ, ТО... НЕТ, ПОЖАЛУЙ, ДАЖЕ В ЭТОМ СЛУЧАЕ НЕ СТОИТ ПРОПУСКАТЬ ЭТИ СТРАНИЦЫ. ВЕДЬ СОВЕРШЕНСТВУ ПРЕДЕЛА НЕТ. ВАШИ ВНЕШНОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ МОГУТ СТАТЬ ИДЕАЛЬНЕЙ ПРЕЖНЕГО. ПОСЛЕ ОТДЫХА НА СПА-КУРОРТЕ.

Хотя спа и на пике моды, все еще находятся чудные люди, ломающие голову на расшифровку его «аббревиатуры». А это и не аббревиатура вовсе. Изначально Спа - название очень известного бельгийского курорта с термальными источниками, расположенного в 25 км от древнего города Льежа. Отдых, оздоровление и омоложение в одном флаконе - вот что такое спа в самых общих чертах. В какой-то степени наши санатории и всемирно знаменитые спа - родственники. Но такие же дальние, как блеклые оттиски с дагерротипа и ультрасовременная компьютерная графика. Индустрия спа использует передовые биотехнологии в сочетании со старинными восточными практиками. А не набор стандартных процедур, из года в год не меняющихся.

Из любого путешествия вы привезете с собой что-нибудь полезное. Сувениры, фотографии, подарки и незабываемые впечатления. Но только после спа обнаружите в зеркале себя самих - в такой степени неотразимого и неотразимую, какими некогда еще не были. И даже не догадывались, что можете быть.

ШВЕЙЦАРИЯ

Искомое место

Лозанна - самая маленькая и комфортная из «большой пятерки» главных городов страны. Здесь и «прописан» отель Lausanne Palace, последний из Palaces, построенных в Швейцарии. Отель расположен в самом центре. Одной стороной он развернут к озеру Леман, известному у нас под именем Женевского. Другой - на старый город с его прелестными пешеходными улочками, начинающими свой бег буквально в двух шагах от порога. В разное время в этом отеле останавливались Игорь Стравинский, Дюк Эллингтон, Коко Шанель и огромное количество особ королевской крови.

Фирменные процедуры

Спа-центр при отеле построен совсем недавно. Занимает более 1500 кв. м и декорирован под римские бани. Гостям предлагают курс терапии «Пентинджект». Это уникальные инъекции из клеток эмбриона овцы. Технологию приготовления терапевтического материала разрабатывали и проверяли более полувека. Прежде чем назначить уколы, врачи направляют пациентов на довольно серьезное обследование. А еще здесь создана собственная косметическая линия CBE, ориентированная на улучшение обмена веществ на клеточном уровне.

Эффект

Резкий прилив жизненных сил. Снижение утомляемости, улучшение памяти (потрясающие результаты в большинстве случаев) и работы сердца. Растет аппетит и одновременно - снижается вес. Этот феномен здесь объясняют нормализацией работы желез, в особенности щитовидной.

АНГЛИЯ

Искомое место

Уэльс. Берег залива Кардифф. Отель St David's Hotel & SPA.

Фирменные процедуры

Спа-центр отеля входит в пятерку фешенебельных лечебниц, практикующих услуги ESPA. Очень кратко это сбалансированная диета плюс физические упражнения и шестидневный курс гидротерапии. Здешние специалисты обогащают чистую воду особым составом из солей, минералов и водорослей. Человека погружают на 15-20 минут в ванну с этим «коктейлем», нагретым до +34°С. А по окончании

процедуры массируют направленными струями. Обычно такого рода манипуляции называются "талассотерапией", и они невероятно популярны в Европе. Но в St David's Hotel & SPA не используют морскую воду, как везде. А вот именно насыщают особым образом обычную.

Эффект

Волшебная влага вытесняет из тела шлаки и пропитывает его необходимыми минералами. Восстанавливает хорошее самочувствие, улучшает кровообращение, изгоняет целлюлит.

Искомое место

Легендарный район охоты английских королей New Forest. Поляна и на ней старинное поместье, превращенное в отель Chewton Glen. Все комнаты оформлены стильными тканями смелых расцветок. Ни один номер не похож на другой.

Фирменные процедуры

Команда из 14 высококвалифицированных косметологов предлагает более 50 процедур для лица и тела. Например, антистрессовый массаж с использованием горячих камней от Thalgo. Или восстановительные комплексы для рук, кожи шеи и области вокруг глаз.

Эффект

Морщины разглаживаются. Телу возвращается утраченная гибкость.

ГЕРМАНИЯ

Искомое место

Юг. Баден-Баден. Конечно, этот курорт был воплощением спа задолго до изобретения самого спа. Но даже искушенный Баден-Баденвыстраивается в очередь на оздоровительные сеансы в Brenner's Park Hotel & SPA.

Фирменные процедуры

Директор центра Петер Дрессель, физиотерапевт и мастер гавайского массажа ломи-ломи, создал оригинальную двухчасовую терапию Black & White. Являет собой сия терапия неопикуемый коктейль из карибских, африканских и европейских массажных техник. Главный принцип - чередование нагретаний и охлаждений кожи с использованием имбирного масла и... кофейных зерен.

Эффект

Укрепление мышц, оздоровление сердечно-сосудистой и дыхательной систем, сброс «лишних» килограммов и выправление осанки.

ИТАЛИЯ

Искомое место

Сан-Кашано-деи-Баньи - городок на границе Умбрии и Лацио. Еще в 1607 г. здесь построили виллу для эрцгерцога тосканского Фердинанда Медичи. А теперь она - часть курорта Fonteverde Hotel & SPA. С бывшей эрцгерцогской резиденцией соседствует древний храм - так называемый Темпъето Пагано, посвященный античной богине здоровья Гигиее.

Фирменные процедуры

Район насчитывает 43 термальных источника, температура в которых ниже +42° не опускается. Все процедуры основаны на целебных свойствах этой воды. К слову, ею же лечились и этруски еще 3 тысячи летназад.

Эффект

Вода богата кальцием и электролитами и помогает при остеопорозе, заболеваниях печени, желчного пузыря, нервной системы, сердца, кишечника. Превращает кожу в атлас, а жидкие шевелюры - в густые гривы.

ТАИЛАНД

Искомоеместо

Курорт Chiva Som, где с ноября по февраль +25-26°С. Тайская радость по поводу наступления ноября выражается следующим образом. В первый день месяца там на воду спускают букеты со свечками. «Кратонги» называются. И пока ониотплывают по протокам к морю, тайцы загадывают желания. Гостей курорта обычно приглашают в жюри конкурса на самый красивый кратонг.

Фирменные процедуры

Массаж, разумеется, тайский, массаж для ног (особенно рекомендуемый тем, кто никогда егоне пробовал) и еще множество всяческих массажей и обертываний для тела. Но самая экзотичная штукавина- специальная кровать с матрасом, наполненным подогретой минеральной воды. Расслабляет не хуже джакузи.

Эффект

Вас с немыслимой скоростью покидает все лишнее - килограммы, годы, стрессы и плохое самочувствие.

МАЛЬДИВЫ

Искомое место

Частный остров Island Spa, принадлежащий отелю Four Seasons Maldives Resort & Spa. Направо - море само по себе. Налево - море тропических цветов. Прямо по курсу - тростниковые хижины с купальнями.

Фирменные процедуры

«Океанский ритуал» - энергетический ароматический массаж с маслом из мандарина, нероли и пальмарозы. Но это только начало. Затем ваше тело очистят от омертвевших клеток и покроют маской из морских минералов. Но и это лишь половина пути. Следующий этап - ванна с морской солью и цитрусами. И, наконец, в финале заставят выпить эликсир из кокосового молока с ванилью.

Ритуал «Мальдивский муссон» тоже представляет собой смесь различных косметических манипуляций. Стартует он со скраба из масла сандалового дерева. Потом пациентов орошают розовой водой и массируют с применением теплых травяных масел. А завершает процедуру паровая ванна.

Эффект

Вывод токсинов из нервной системы. Потеря веса. Восстановление упругости кожи. Полное согласие с миром и с самой(-им) собой.

О ЧЕМ МЫ ЕЩЕ НЕ СКАЗАЛИ

Ну, например, о том, что на каждом спа-курорте есть салоны красоты, сауны, солярии, джакузи и большой выбор экзотических массажей. Везде проповедуют аюрведу-индийское учение о природных способах лечения. А курс тайского или карибского массажа вы сможете пройти, даже не выдвигаясь на Таиланд или Карибы. Но лучше все-таки съездить. Сорванный с ветки апельсин в любом случае вкуснее дозревшего в трюме корабля.

Почти аюрведа.