TOЧКА BO3BPATA

В ВЕЛНЕС-КОМПЛЕКСЕ CHENOT PALACE HEALTH WELLNESS HOTEL ЗНАЮТ, КАК БЫСТРО ВЕРНУТЬ ВАМ ЖИЗНЕННУЮ ЭНЕРГИЮ И ОПТИМИЗМ.



ризнаюсь, идея уехать из холодного осеннего Киева на целую неделю не к теплому морю, а в велнес-комплекс в азер- байджанской глубинке, специализирующийся на детоксе, не очень меня вдохновляла. Но сигналы в виде хронической усталости и головной боли, которые настойчиво посылал мне организм, убедили купить билеты в Баку. Оказавшись в Габале, невероятно красивом регионе Азербайджана с вековой историей, я не пожалела о своем решении. Когда-то Габала была столицей Кавказской Албании и находилась в середине Шелкового пути, обеспечивая торговлю между Европой, Индией и Китаем.



Три часа езды от аэропорта Гейдара Алиева на комфортабельном авто (трансфер своим гостям обеспечивает Chenot Palace Health Wellness Hotel) пролетают незаметно, ведь за окном вдохновляющие пейзажи, которыми не успеваешь налюбоваться.

Čhenot Palace не напрасно имеет в названии приставку Health Wellness. По сути, это оздоровительный центр, где вся структура, команда врачей и бьюти-специалистов работают на улучшение вашего здоровья и самочувствия. Медицинский спа-центр занимает площадь около 6000 квадратных метров. Здесь есть все и даже больше для проведения точной диагностики и дальнейшего лечения. Метаболическая лаборатория, криокамера, антигравитационные технологии, кабины красоты для гидрои традиционных бьюти-процедур, два бассейна (внутренний и под открытым небом), тренажерный зал, где в вашем распоряжении персональные тренеры и самое лучшее спортивное оборудование, – остается только найти в своей персональной программе время для того, чтобы попробовать все.



СЛЕВА НАПРАВО: кухня ресторана; лобби Chenot Palace; открытый бассейн с подогреваемой водой; средства из высокоэффективной солнцезащитной линии Chenot Sun Care.



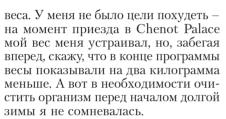
Chenot Palace Health Wellness Hotel стоит на берегу озера и со всех сторон окружен горами. Воздух тут кристально чистый, а тишина такая, что кажется, будто ты попал в какую-то природную капсулу, наполненную гармонией и спокойствием. Идеальный фон для того, чтобы отвлечься от привычной городской суеты и уделить время здоровью.

Что же такое метод Шено? Он основывается на более чем 45 годах исследований и опыта и представляет собой уникальное сочетание процедур и диеты, которые способствуют выведению из организма токсинов и усвоению питательных веществ и восстанавливают энергетический баланс. Протоколы процедур включают принципы традиционной китайской медицины и последние достижения современной медицины и диагностики.

Я выбрала одну из трех предлагаемых программ — «Основную детокспрограмму Анри Шено». Входящие в нее процедуры и диета по методике Шено стимулируют вывод токсинов из организма и избавляют от лишнего •

метод шено основывается на более чем 45 годах исследований и опыта.

KPACOTA



Итак, сразу после чекина каждому гостю вручают персональную книгу — дневник здоровья, который вы должны носить с собой на все консультации с доктором и процедуры. Вас попросят заполнить несколько анкет, призванных помочь врачам получить верное представление о вашем образе жизни, питании и истории заболеваний. За мной «закрепили» двух — терапевта и биоэнергетика. С ними я познакомилась в первый же день.

Программа начинается с диагностики. На сканере DEXA мне сделали анализ, который дает данные о составе мягких тканей и костей, балансе жидкости в организме, мышечной и жировой массе. Эти показатели помогают терапевту понять общее состояние организма и назначить наиболее эффективное лечение. Для каждого пациента составляется индивидуальное расписание ежедневных консультаций и процедур. В моем случае это были детокс, энергетический и расслабляющий массажи по методу Шено, гидромассажные ванны с аромамаслами, фитогрязевые обертывания и бесконтактный водный массаж hydro-jet.

Самым необычным опытом для меня стало биоэнергетическое лечение. Началось оно с обследования, представляющего собой высокотехнологический биоэнергетический скрининг жизненно важных функций организма с помощью анализа резонанса. Такой скрининг дает информацию об энергетическом состоянии внутренних

В СНЕПОТ РАLACE

НЕАLТН WELLNESS

НОТЕL 72 СОВРЕМЕННЫХ

КОМФОРТАБЕЛЬНЫХ

НОМЕРА С ПОТРЯСАЮЩИМ

ВИДОМ НА ОЗЕРО

И ТРИ ПРОСТОРНЫЕ

ВИЛЛЫ С ЧАСТНОЙ

СПА-ТЕРРИТОРИЕЙ.

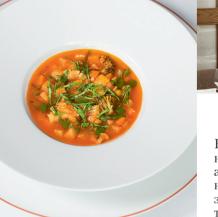


органов и функций организма в соответствии с определенными параметрами здоровья. Проще говоря: в процессе сканирования компьютер выдает отчет, где зеленым цветом обозначены органы, с которыми все в порядке, желтым — ослабленные, а красным — подверженные стрессу, то есть для поддержания их баланса организму не хватает собственных ресурсов.

Как происходит биоэнергетическое лечение? Доктор воздействует на биологически активные точки «холодным» лазером, генерирующим поддерживающие персонализированные биоэнергетические сигналы. Помимо этого лазер обеспечивает неинвазивную клеточную стимуляцию, что способствует омоложению клеточных процессов. В конце курса доктор повторил сканирование, и я смогла убедиться в эффективности лечения: красного цвета на моем отчете не было вообще. Бонус – практические советы врача, как с помощью простых упражнений, напоминающих гимнастику цигун, поддерживать хорошее самочувствие в дальнейшем. Сейчас я трачу на них всего несколько минут каждое утро и чувствую себя намного лучше.

Отдельного внимания, конечно же, заслуживает тема диеты. Отправляясь в Chenot Palace, вы должны быть готовы к определенным ограничениям. В мини-баре своей комнаты вы не найдете ничего, кроме воды без газа, а в лобби-баре подают исключительно чай, правда, выбор сорта остается за вами. Никакого алкоголя и кофе только без кофеина. В основе диеты по Шено принцип, согласно которому процесс оздоровления происходит не только благодаря использованию продуктов высокого качества, но и напрямую зависит от калорийности, питательной ценности и особого низкотемпературного способа приготовления пищи.

Самый скромный – завтрак. Это всегда фруктовое или ягодное пюре без сахара. Обед состоит из закуски и основного блюда, а вот на ужин добавляется еще и суп. Все блюда вегетарианские и без соли, но на столе есть специи трех видов, облегчающие жизнь тем, кто привык к хорошо приправленной еде. Если поначалу мне отчаянно хотелось кофе и круассан с маслом, то уже через пару дней я привыкла к «лишениям» и в принципе не испытывала сильного чувства голода. Надо сказать, что шефповар Chenot Palace делает все возможное для того, чтобы превратить своих гостей в адептов здоровой пищи. И по возвращении домой хочется разорвать зависимые отношения с холодильником и стать свободным, а главное – здоровым человеком. ■



СЛЕВА НАПРАВО: интерьер одного из номеров отеля и открытый бассейн; бассейн на территории спа; ресторан Chenot Palace; ванная комната одной из вилл; занятия йогой под открытым небом.

