

RUS



ШАКТИ
ЦЕНТР АЮРВЕДЫ



LIFECCLASS

HOTELS & SPA

PORTOROŽ / PORTOROSE



СКУССТВО ЖИЗНИ

И ПОЛНОГО РАВНОВЕСИЯ



Аюрведа – это искусство и образ жизни, которые связаны со здоровьем и лечением.

Главная цель Аюрведы – сохранить здоровье у здорового человека и исцелить больного. Аюрведа – это исключительно природный метод, который опирается на 5000 лет знаний и опыта индийских целителей. В Индии Аюрведа признана официальной медициной.



shakti
Ayurveda Center

The logo for Shakti Ayurveda Center features a stylized green flower or sunburst icon above the word "shakti" in a cursive font, with "Ayurveda Center" in a simpler font below it.





Центр Аюрведы «Шакти» это первый аюрведический центр под покровительством Правительства штата Керала в Европе. Керала является колыбелькой Аюрведы. Все индийские терапевты были тщательно отобраны секретариатом правительства Кералы по здоровью человека и все индийские терапевты делают аутентичные аюрведические массажи и терапии.

Аюрведа делит людей соответственно их личным качествам и конституции тела на три типа, а точнее (доши): ВАТА, ПИТА И КАПХА. У здорового человека все три доши находятся в равновесии. Совершенное равновесие дош можно достичь только при правильном образе жизни, соответствующем питанию и соответствующих процедурах (чистка организма, массажи, компрессы и т.д.). Аюрведа – это древнее искусство лечения, охватывающее всю природу, включая человеческое бытие на основе пяти элементов: ветра, воздуха, огня, воды и земли. Когда эти элементы гармонируют между собой, мы полны здоровья, как физического, так и ментального.

Доши ВАТА, ПИТА и КАПХА представляют собой переплетение всех пяти элементов. Аюрведа – это не только массаж, уход за телом или уход за лицом. Аюрведа – это образ жизни, питания и поведения. В нашем центре предлагаем различные аюрведические терапии. Их делают терапевты из Индии с подтверждёнными сертификатами и профессиональные терапевты Аюрведы, которые получали свои знания у индийских специалистов Аюрведы с многолетним опытом. Все препараты, используемые в нашем центре Аюрведы, исключительно природного происхождения, высокого качества и изготовлены по древним индийским рецептам. Некоторые из них можно также использовать дома.

Массажи

Абьянгам

60 мин

Аюрведический массаж для уравнивания доши-Вата. С помощью специальной техники разогревается тело и в нём восстанавливается равновесие. При этом используется теплое лечебное масло – Вата Тайлам. Для уравнивания доши- Пита применяется другая техника массажа, при которой используется масло Пита Тайлам.

Аюрведический массаж для уравнивания доши-Капха – это динамический и стимулирующий массаж, сжигающий излишние жиры и повышает дренажный эффект.

Неерабьянгам

60 мин

Аюрведический лимфатический дренаж с использованием лечебного масла Капха Тайлам стимулирует приток лимфы, помогающей выведению избытка жидкости и токсинов из организма.

Вармабьянгам

45 мин

Это специальная техника активизации энергетических точек с помощью дигитопрессуры. Стимуляция марма-точек освобождает и укрепляет тело и душу. Для массажа используется масло Вата Тайлам.

Пинда Сведана

60 мин

Аюрведический массаж соответствующих типов дош (Вата, Пита, Капха) делается в комбинации с теплым маслом и теплыми тампонами, приготовленными на основе трав и риса – Паясам. Массаж выводит токсины и шлаки из организма, улучшает циркуляцию и помогает при ревматизме.

Абьянгам и Отхадам

80 мин

В данной программе массаж будет соответствовать конституции Вата, Пита или Капха. В этой программе используются теплые травы, которые помогают облегчить боли при ревматизме и уменьшить напряжение в мышцах.



Широ Абьянгам массаж головы

30 мин

Специальный массаж головы, при котором с помощью разных движений достигается равновесие и расслабление всей психофизической системы. Стимулирует нервную систему, успокаивает душу, избавляет от бессоницы, помогает при выпадении волос. Для массажа используется холодное или теплое масло Пита Тайлам.



Мухабъянгам массаж лица

30 мин

Расслабляющий массаж для лица с использованием крема Пита. Особая техника массажа снимает усталость, предупреждает появление морщин, а также снимает воспаление и омолаживает кожу.



Аюрведический массаж для устранения целлюлита

60 мин

Динамичный массаж с натуральными кремами, специальным травяным порошком и маслом Капха Тайлам расщепляет жировые прослойки, делает кожу значительно более гладкой и упругой.

Аюрведический массаж спины

30 мин

Массаж спины рекомендуется для всех трех типов дош. Техника массажа будет соответствовать вашим недугам; чаще всего – это боли, исходящие из шейного или нижнего отделов. Этот тип массажа эффективно снимает боль, смягчает затвердения в мышцах, стимулирует нервную систему и снимает напряжение. Специальной техникой массажа улучшается дыхательная функция.





Другие программы

Программа для тела Капха

80 мин

Программа включает нанесение дренажного порошка Капха Поди на части тела с целлюлитом. Эффект программы увеличивается за счет применения специального крема Капха для укрепления кожи, а также за счет техники лимфатического дренажа для выведения лишней жидкости из организма.



Каясекам – масляная ванна

60 мин

Терапия заключается в поливании всего тела теплым специальным маслом и энергетическом массаже. Это глубоко очищающая терапия омолаживает, улучшает кровообращение и укрепляет кожу.

Пату всего тела

50 мин

Пату – это особый очищающий пилинг всего тела. Пилинг делается с использованием порошка, содержащего десять активных трав, которые обладают укрепляющим и выводящим токсины и шлаки эффектами. Лучший результат достигается при одном из последующих аюрведических массажей.

Пату лица

20 мин

Очищающий пилинг лица с использованием десяти трав с последующим нежным массажем лица с кремом или маслом Пита Тайлам.

Пату лица с Мухабъянгам

чистка лица с массажем

40 мин

Интенсивный очищающий пилинг лица с использованием трав, после которого следует тщательный массаж лица, шеи и области декольте с кремом.

Пату – частичный ноги и спина

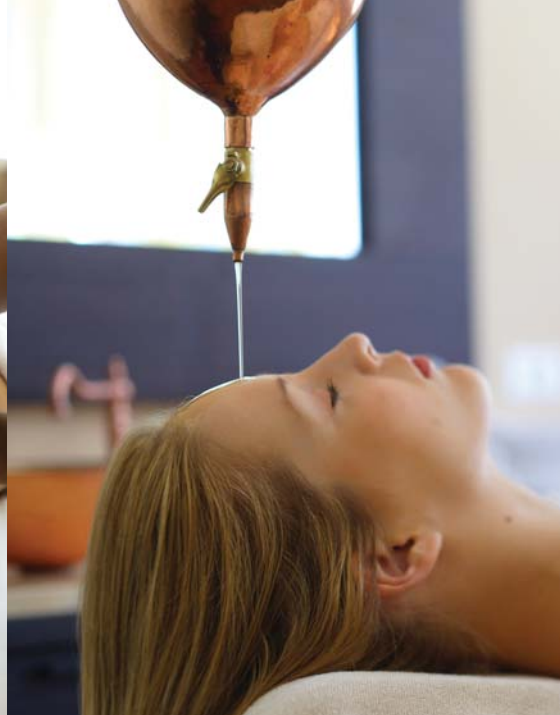
30 мин

Частичный Пату делается на определенной части тела (только ноги или только спина). После пилинга наносится специальный питательный крем.

Широдара

45 мин

Непрерывная струя теплого масла Дара Тайлам, льющаяся на лоб, успокоит, расслабит, снизит напряжение и обострит все чувства.



Аюрведическая натуральная программа по уходу за лицом

60 мин

Программа включает пилинг лица с кокосом, расслабляющий массаж лица, шеи и декольте с кокосовым маслом холодного отжима, и нанесением кокосовой маски на лицо.

Данная процедура – это отличный уход для всех типов кожи, т.к. препараты подбираются по типу вашей кожи. Благоприятно действует на кожу лица, обновляя и даря ей ощущение свежести и упругости.

Сведана для одного человека

20 мин

Это специальная сидячая деревянная паровая сауна, следующая после нанесения различных аппликаций из масел и усиливающая их действие. Сведана рекомендуется также для людей, плохо переносящих жару или сауну.

Сведана для двоих человек

20 мин

Это паровая сауна для двух человек с нанесением растительной пасты на лицо и тело.

Травяная ванна для двоих человек

20 мин

Травяная ванна рассчитана на двух человек. В специальной ванне с помощью лечебных трав и массажных струй достигаем эффект расслабления всего тела. Ванна принимается только в комбинации с программой для двоих человек. При принятии ванны Вам будет предложен аюрведический травяной чай.



Консультации

Консультация у терапевта Аюрведы и определение им доши

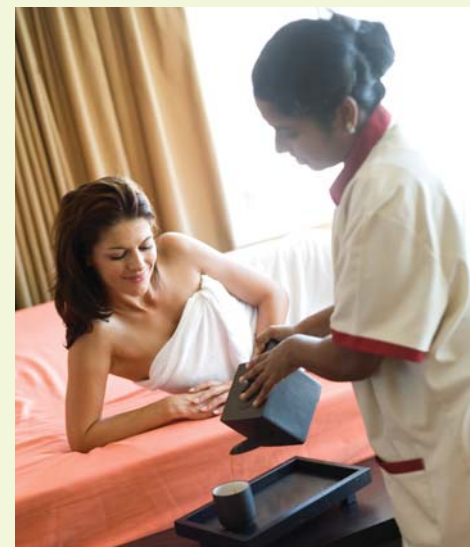
20 мин

Определение доши и консультации относительно применения соответствующих аюрведических программ, предлагаемых в нашем центре. А также пациент получит консультацию относительно правильного образа жизни и соответствующего питания.

Осмотр у терапевта аюрведы

40 мин

Определение доши и объяснение их состояния, более подробный осмотр состояния вашего здоровья и рекомендации по облегчению недугов, которые позволяет аюрведа. В соответствии состояния доши на настоящий момент пациент по осмотру получит рекомендации о сбалансированном аюрведическом питании, соответственно его типу.



Аюрведические программы



Расслабление Аюрведа

| | |
|----------------------------|--------|
| 2 x Абьянгам | 60 мин |
| 1 x Широара | 45 мин |
| 1 x Абьянгам и Отхадам | 80 мин |
| 1 x Сведана – парная сауна | 20 мин |

Выведение токсинов и шлаков по Аюрведе

| | |
|----------------------|--------|
| 1 x Патху всего тела | 50 мин |
| 1 x Неерабьянгам | 60 мин |
| 1 x Пинда Сведана | 60 мин |
| 1 x Абьянгам | 60 мин |

Шакти эликсир для обновления тела и духа

| | |
|---|--------|
| 1 x Консультация у терапевта аюрведы | |
| 1 x Патху всего тела | 50 мин |
| 1 x Вармабьянгам | 60 мин |
| 1 x Пинда Сведана | 60 мин |
| 3 x Абьянгам | 60 мин |
| 1 x Широ Абьянгам – массаж головы | 30 мин |
| 1 x Мухабьянгам – массаж лица | 30 мин |
| 1 x Широара | 45 мин |
| 1 x Аюрведа натуральная программа для лица | 60 мин |

ПРОГРАММЫ ДЛЯ ДВОИХ

Программа *Абьянгам*

для двоих / 100 мин

| | |
|--|--------|
| 1 x Ванна с травами для двоих | 20 мин |
| 1 x Массаж Абьянгам для двоих | 60 мин |
| 1 x Традиционная парная сауна с пастой из трав | 20 мин |

Программа *Абьянгам и Отхадам*

для двоих / 120 мин

| | |
|--|--------|
| 1 x Ванна с травами для двоих | 20 мин |
| 1 x Абьянгам и Отхадам для двоих | 80 мин |
| 1 x Традиционная парная сауна с пастой из трав | 20 мин |

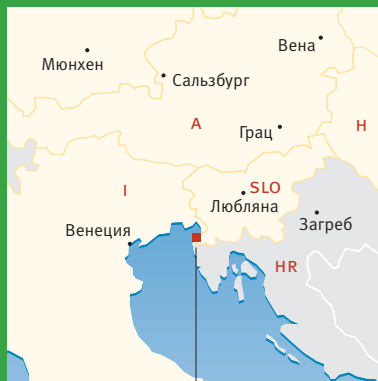
Программа *Широ Патху Абьянгам*

для двоих / 175 мин

| | |
|--|--------|
| 1 x Ванна с травами для двоих | 20 мин |
| 1 x Патху частичный (ноги и спина) для двоих | 30 мин |
| 1 x Массаж Абьянгам для двоих | 60 мин |
| 1 x Терапия Широдара | 45 мин |
| 1 x Традиционная парная сауна с пастой из трав | 20 мин |







ПОРТОРОЖ СЛОВЕНИЯ



Словения – Член Европейского
Содружества (Шенген)
Национальная валюта – Евро

TERME & WELLNESS LIFECLASS

Информации и бронирование:

Т. +386 5 692 80 09 / +386 5 692 80 60

Ф. +386 5 692 80 35

wellness@lifeclass.net

.....
• ШАКТИ – AYURVEDA

Т. +386 5 692 80 09 / +386 5 692 80 41
.....

LIFECCLASS HOTELS & SPA

Istrabenz Turizem d.d.

Obala 33, SI-6320 Portorož

Slovenia

www.lifeclass.net



LIFECCLASS

HOTELS & SPA

PORTOROŽ / PORTOROSE