



Life SPA

НОЯБРЬ 2012

Гармония и совершенство

АЛЬПИЙСКАЯ  
ПРОГУЛКА

СПА И  
МУЖЧИНЫ

СОКРОВИЩА  
ДРЕВНЕГО  
КОРОЛЕВСТВА  
ЛАННА

ISSN 2224-204X



WWW.LIFESPA.RU

В «Балчуге» сказка становится *былью*



*Пусть в этот День все будет безупречно!*

Свадебные торжества и **романтичные** выходные в **роскошной** обстановке отеля «Балчуг Kempinski Москва».

*Kempinski*

T: +7 (495) 287-2000  
E: [reservations.baltschug@kempinski.com](mailto:reservations.baltschug@kempinski.com)  
[www.kempinski.com/moscow](http://www.kempinski.com/moscow)





Hotel Baltshug  
Kempinski

---

MOSCOW



«Здоровье пациента – выше и главнее этого не может быть ничего»

*Фидаров Роберт Олегович,  
главный врач клиники*

**Р**

## СТОМАТОЛОГИЯ ДОКТОРА РОБЕРТА

Терапевтическая стоматология

- Профессиональная гигиена полости рта
  - Отбеливание ZOOM 3
- Ортопедическая стоматология
  - Имплантология
- Ортодонтическая стоматология
- Хирургическая стоматология

**Время работы:**

Понедельник–суббота  
10.00–20.00

Возможен индивидуальный график приема

**(495) 969 99 42**

Москва, метро Славянский бульвар,  
ул. Давыдовская, 5  
robertf@bk.ru

НЕОБХОДИМА КОНСУЛ



БТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

# Содержание

ноябрь – 2012

Новости – 12

## SPA

### БРЕНД

Очень мужская косметика – 18

Признаки осени - 22

### ПРОЦЕДУРА

Опять икра? – 26

### ФОКУС

Спа для истинных мужчин - 28

### КУРОРТ

Сказочный город - 30



18



26

## WELLNESS

### ВЕКТОР

Как начать wellness программы - 38



30



MARI AXEL

[www.mariaxel.com](http://www.mariaxel.com)

Все модели можно приобрести:  
в шоу-руме MARI AXEL  
Адрес: Ул. Трофимова, д. 36, корп. 1  
Предварительная запись  
тел. +7 (917) 555-53-40

в интернет-магазине:  
[www.rusdesigners.ru](http://www.rusdesigners.ru)

в магазине дизайнерской одежды Mode et Cafe  
Адрес: Б. Козихинский п-р, 23  
тел. 694-37-97

# INSPIRATION

## ПУТЕШЕСТВИЕ

По следам капризной богини – 42

Франция. Альпийское путешествие – 46

Солнце, воздух, вода – 52

# BUSINESS

## DECOR

Комната отдыха – 58

## ПЕРСОНА

Сокровища земли

тысячи рисовых

46

полей – 60

60



52



Коллекция осень-зима 2012/13, «Ностальгия»

GV

GALINA VASIL' EVA

г. Москва, ул. Велозаводская, 11/1

(495) 675-77-17,

[www.art-galadesign.ru](http://www.art-galadesign.ru)

# STYLE

## АКСЕССУАРЫ

Правила жизни Джеймса Бонда – 66

### МОДА

Татьяна Скаковская – 70

### ТЕСТ-ДРАЙВ

Lexus, Subaru, Audi – 72

### ВЫБОР

Совсем ручной – 76

### CLUB

События светской  
жизни – 78

English

Texts – 82



66



70



72



## Круизы по Москве-реке 365 дней в году



- Комфортабельные салоны, открытые и закрытая палубы
- Европейская кухня на борту, сезонные предложения и гастрономические фестивали
- Бар, танцпол, мультимедиа, клубная подсветка, караоке
- Экскурсионные тр3-аудиогиды и бесплатный wi-fi

Единственная и неповторимая Москва с борта элегантной яхты за 2,5 часа. И никаких пробок!



**Причал «Гостиница «Украина»:**  
Кутузовский проспект, дом 2/1, стр. 1.  
Ст.м. «Киевская»  
Время работы: с 09.00 до 21.00,  
без перерыва на обед.

**Причал «Парк Горького»:**  
ЦПКиО Им. М. Горького (у Крымского моста);  
ст. м. «Октябрьская», «Парк Культуры»  
Время работы: с 09.00 до 21.00,  
без перерыва на обед.

Телефон: **+7 (495) 228-55-55** Официальный сайт флотилии: **[www.radisson-cruise.ru](http://www.radisson-cruise.ru)**

**Флотилия**  
*Radisson*  
ROYAL MOSCOW



Мой любимый преподаватель йоги во время занятий довольно часто задает один и тот же вопрос: «Представьте себе, что вы оказались на необитаемом острове и все, что у вас есть — это вы и ваше тело. Что вы будете делать?»

И правда: что делать, если под рукой нет телевизора, телефона и компьютера?

Любоваться восходами и закатами, сидя на берегу моря. Прислушиваться к собственному дыханию и стуку сердца, стараясь отпустить мысли на свободу и просто быть здесь и сейчас. Чувствовать, как ветер высушивает брызги морской воды на щеках. Смотреть на звезды. Слушать шум прибоя.

Самое удивительное, что многое из этого доступно нам каждый день. Совсем не обязательно попадать на необитаемый остров, чтобы проводить ежедневно полчаса в медитации. Не нужно бросать работу, чтобы заняться наконец своим телом. Но с чего-то все-таки нужно начать. Хотя бы с поездки на спа-курорт. Или с расслабляющей процедуры в городском спа. Или хотя бы с покупки коврика для йоги.

**Татьяна Филиппова**, главный редактор



# Life SPA

Гармония и совершенство

Издатель и учредитель: ООО «Медиа-Нуш»  
Генеральный директор: Алина Мкртчян, director@lifespa.ru  
Главный редактор: Татьяна Филиппова, t.filippova@lifespa.ru  
Представительство в Санкт-Петербурге:  
Юлия Буторина  
Редактор рубрики «СПА»: Анна Тихонова  
Редактор рубрики «Путешествия»: Мария Желиховская  
Арт-директор: Юлия Ерастова  
Дизайнер: Галина Масленникова  
Фоторедактор: Екатерина Иванова  
Руководитель преепресс: Денис Журин  
Координатор проекта: Владимир Мудряков

Коммерческий директор: Сусанна Давоян  
Директор по рекламе : Ашот Мкртчян, ashot@lifespa.ru  
Менеджеры по рекламе:  
Александр Тырлышкин, a.tyrlyshkin@lifespa.ru,  
Наталья Мелихова, natalya.m@lifespa.ru  
Директор по PR: Ольга Ступина, olga.s@lifespa.ru  
Менеджер по работе с иностранными клиентами:  
Оксана Вебер, oksana@lifespa.ru

Авторы: Мария Желиховская, Мариника Маркова,  
Рита Цовян, Bill Healey  
Перевод: Каролина Кабакуала

Представительство в США:  
Ашкен Бабаян: ashkhen.b@lifespa.ru

Подписка: тел. +7 (499) 391-03-09

Отпечатано в типографии UAB «Spaudos Konturai»,  
Литва, г. Вильнюс, ул. Викарине, 1  
Тираж: 25 000 экз.

Адрес редакции:  
117461, г. Москва, Балаклавский пр-т, 48, тел. +7 (499) 391-03-09  
www.lifespa.ru, e-mail: lifespa-mag@lifespa.ru

Журнал «LifeSPA. Гармония и Совершенство» зарегистрирован в  
федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных  
технологий и массовых коммуникаций.  
Свидетельство о регистрации  
ПИ N ФС77-43304 от 28 декабря 2010 г.

Полное или частичное воспроизведение материалов в печатных  
и электронных СМИ разрешается только с письменного  
согласия редакции. Редакция не несет ответственности за  
содержание рекламных материалов.

Founder and Publisher Limited liability society «Media-Nush»  
General director: Alina Mkrтчyan, director@lifespa.ru  
Editor-in-chief: Tatiana Filippova, t.filippova@lifespa.ru  
Director of St.-Petersburg department:  
Yulia Butorina  
Editor of SPA: Anna Tikhonova  
Editor of Travel: Maria Zhelikhovskaya  
Art director: Yulia Erastova  
Designer: Galina Maslennikova  
Photo coordinator: Ekaterina Ivanova  
Chief of prepress: Denis Zhurin  
Projects coordinator: Vladimir Mudriakov

Commercially director: Susanna Davoyan  
Advertising director: Ashot Mkrтчyan, ashot@lifespa.ru  
Advertising managers:  
Aleksandr Tyrlyshkin, a.tyrlyshkin@lifespa.ru,  
Natalya Melikhova, atalya.m@lifespa.ru  
PR director: Olga Stupina, olga.s@lifespa.ru  
International Account Manager:  
Oksana Weber, oksana@lifespa.ru

Authors: Maria Zhelikhovskay, Marinika  
Markova, Rita Tsovyan, Bill Healey  
Translation: Carolina Kabakuala

Director of foreign department (USA)  
Ashkhen Babayan ashkhen.b@lifespa.ru

Subscribe: Tel. +7 (499) 391-0309

Printed by UAB «Spaudos Konturai»,  
Vakarine str. 1, Vilnius, Lithuania  
Circulation 25 000 copies

Publisher address:  
Balaklavski ave.,48, Moscow, Russia, 117461, Tel +7(499) 391-0309  
www.lifespa.ru, E-mail: lifespa-mag@lifespa.ru

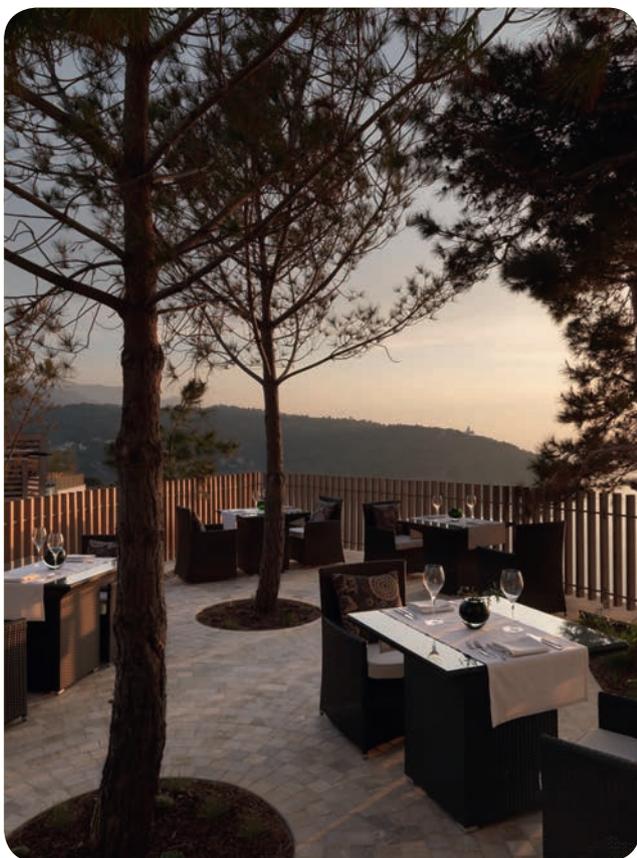
«LifeSPA.Harmony and Excellence» magazine is registered by the  
Federal service for supervision in the sphere of telecom, information  
technologies and mass communications.  
Registration certificate.  
ПИ N ФС77-43304, 28.12.2010

Reproduction of texts, photos and magazine's materials is allowed  
only with editor's written permission. The Editorial department is not  
responsible for the content of advertising  
materials.



## ОСЕННИЙ МАРАФОН

С 24 по 29 октября в Гостином дворе проходит Volvo-Неделя Моды в Москве — одно из самых ожидаемых событий года для российской модной индустрии. В эти дни на самой большой площадке Москвы представляют свои коллекции именитые и начинающие дизайнеры. По сложившейся традиции открывает сезон показов в Гостином дворе Валентин Юдашкин. По его словам, за годы своего существования Неделя моды значительно изменилась, обрела новую статусность и значимость. «Она стала по-европейски динамичной и выдержанной, но, тем не менее, сохранила только ей присущую атмосферу», подчеркнул российский кутюрье. Свои коллекции весенне-летнего сезона на подиумах Гостиного двора продемонстрировали Алена Ахмадуллина, Кирилл Гасилин, Дмитрий Логинов, Наташа Дригант, Сергей Сысоев, Илья Шиян, Алина Асси, Дарья Разумихина, Виктория Андреянова, Игорь Гуляев, Александра Серова и многие другие дизайнеры.



## ПРАЗДНИК СБОРА УРОЖАЯ

В ноябре на Майорке, одном из крупнейших регионов выращивания оливок в Испании, празднуют сбор урожая. Оливковое масло ценится на вес золота, так как веками является основой местной экономики и главным источником дохода жителей, которые всей семьей собирают драгоценный урожай в своих горных садах.

Расположенный на северо-западном побережье острова, на высокой скале, отель Jumeirah Port Soller Hotel & Spa находится недалеко от оливковых рощ и фермерского хозяйства долины Сольер.

Чтобы отметить первый сбор урожая, отель Jumeirah Port Soller Hotel & Spa, открывшийся в апреле этого года, разработал для своих гостей эксклюзивную программу по уходу за телом, включающую пилинг из измельченных оливковых косточек, массаж и обертывание с использованием натурального оливкового масла, обогащенного витамином Е. Насыщенное оливковое масло питает кожу, обладает антиоксидантным и регенерирующими свойствами. Полуторачасовая антивозрастная процедура восстанавливает гидробаланс кожи и защищает ее от негативного воздействия окружающей среды.

## ПЕРВЫЙ СРЕДИ РАВНЫХ

Новый Cayenne S Diesel станет самой мощной дизельной моделью рынка. Его 4,2-литровый восьмицилиндровый двигатель с двойным турбонадувом и максимальным крутящим моментом 850 Ньютон-метров развивает мощность 382 л.с. (281 кВт). Все это обеспечивает новому Cayenne S Diesel высочайшие показатели динамики движения и эффективности: автомобиль ускоряется за 5,7 секунды и развивает максимальную скорость 252 км/ч. Cayenne S Diesel предлагает типичные для автомобилей Porsche и в то же время абсолютно новые ощущения от вождения. Он эмоционален, как все спортивные автомобили, динамичен и отличается особым звуком работающего двигателя. Отличительной особенностью нового Cayenne S Diesel является активный полный привод PTM, благодаря которому автомобиль ведет себя на дороге так же, как заднеприводный автомобиль, — со всеми преимуществами для удобного и точного управления. В России Cayenne S Diesel появится в январе 2013 года и будет стоить от 4 306 000 рублей, включая НДС.



## НОВОЕ ПАРТНЕРСТВО

Степан Михалков — режиссер, бизнесмен, ресторатор — открыт всему новому, много путешествует, ведет светскую жизнь, интересуется искусством и наукой. Его жизненная позиция во многом схожа с философией компании Lexus — это совпадение и стало основой нового партнерства. В июне 2012 года Степан Михалков стал послом Lexus в России. «Я всегда любил большие, комфортные автомобили. И для меня Lexus — это не просто премиальный статус и современные технологии, а машина, за рулем которой удобно и приятно находиться каждый день», — говорит Степан Михалков. Его выбор на лето 2012 года — Lexus LX 570, флагман внедорожного модельного ряда Lexus. Степан по достоинству оценил бескомпромиссное качество этого автомобиля в сочетании с долговечностью и надежностью.





## ИДЕАЛЬНАЯ ФИГУРА SO SLIMMING III

ФОТО: ЮЛИЯ ТИТОВА



В Студии профессиональной эпиляции и косметологии «Шелк» появилась новейшая модель аппарата Slimming III, который позволяет в кратчайшие сроки избавиться от целлюлита и жировых отложений. На сегодняшний день это единственный медицинский аппарат, который способствует оптимизации метаболических процессов и улучшает морфофункциональное состояние подкожно-жирового слоя с помощью инфракрасного излучения.

Slimming III обеспечивает комбинированное воздействие 4-х факторов, которые совершенно безвредны:

1. ELOS-технология. Радиочастотная энергия разрушает деструктурированные участки подкожно-жировой ткани.

2. Инфракрасный свет - инфракрасное излучение активизирует метаболические (обменные) процессы в зоне воздействия, усиливает энергетику внутриклеточных процессов.

3-4. Вы сможете оценить эффективность процедур на аппарате Slimming III практически сразу: кожа становится более гладкой и эластичной, приобретает тонус. Ну а чтобы избавиться от целлюлита, жировых отложений и улучшить состояние кожи надолго, специалисты Студии рекомендуют пройти курс из 6 - 8 сеансов.

Студия «Шелк», Тверская 30/2, тел.: +7 (495) 699 30 17

## ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

13 октября в одном из живописнейших мест Подмосквья состоялось торжественное открытие фешенебельного отеля и двухэтажного центра красоты и здоровья GRAND IMPERIAL WELLNESS HOTEL & SPA.

Открытие было отмечено незабываемым вечером и концертом с участием юных артистов из Академии STARS Яны Рудковской, группы «Наоми» и шоу-балета «Рио-рио». Гвоздем программы стало выступление российских акробатов – братьев Кирилла и Даниила Калущких. Четырехкратные рекордсмены книги рекордов в пятый раз установили новый мировой рекорд, выполнив труднейшее силовое упражнение «Человеческие весы».

Бодрым настрой собравшихся поддерживался официальным кофейным партнером – компанией JURA, угощавшей собравшихся восхитительным кофе. А поклонники марки Infiniti получили приглашения на TUNING-SHOW от еще одного партнера мероприятия – «Авто-СпецЦентра Химки».



## SENCE ON THE EDGE

Лихо расположенный на отвесной площадке между двух вершин Алжарских гор, на высоте 293 метра над девственно-спокойным заливом Зигхи, ресторан Sense on the Edge теперь сможет порадовать своих гостей не только захватывающим видом, но и новым меню, созданным даровитым Джеймсом Найт Пачеко, который с весны этого года исполняет здесь обязанности Chef de Cuisine. Придуманная вместе с управляющим поваром Стивеном Уилсоном идея меню основана на сочетании натуральных продуктов лучшего качества и восточных специй.



ПАРФЮМЕРНО-  
КОСМЕТИЧЕСКАЯ  
ВЫСТАВКА №1 В РОССИИ\*

\* ПО КОЛИЧЕСТВУ ЭКСПОНЕНТОВ

## ХІХ МЕЖДУНАРОДНАЯ ВЫСТАВКА ПАРФЮМЕРИИ И КОСМЕТИКИ

24–27 ОКТЯБРЯ 2012  
МВЦ «КРОКУС ЭКСПО»  
МОСКВА

# interCHARM 2012

### ПРОГРАММА ВЫСТАВКИ\*

(ПО ЗАКАЗУ «РИД-СК»)

VII ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНВЕНЦИЯ САЛОНОВ КРАСОТЫ

VI МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЧЕМПИОНАТ ПО СПА-МАССАЖУ

ШКОЛА «НОГТЕВОГО СЕРВИСА»

XII ЧЕМПИОНАТ ПО МОДЕЛИРОВАНИЮ НОГТЕЙ  
INTERNAILCHARM

II КОНГРЕСС ПО ПОДОЛОГИИ

НЕЗАВИСИМОЕ ПЕРВЕНСТВО ПАРИКМАХЕРОВ И СТИЛИСТОВ

YOU.PROF.SHOW 2012

ПРОГРАММА «МИР КРЕАТИВНОЙ ПАРФЮМЕРИИ»

XIII МОСКОВСКИЙ КОСМЕТИЧЕСКИЙ ФОРУМ

БИЗНЕС-ЛАБОРАТОРИЯ «КРАСОТА В ИНТЕРНЕТЕ»

БИЗНЕС-ЛАБОРАТОРИЯ «МАРКИРОВКА-2012»

ТОРГОВЫЙ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ФОРУМ  
«КОМПЕТЕНТНЫЙ ПОСТАВЩИК:

СТРАТЕГИИ РАБОТЫ С РОЗНИЧНЫМИ СЕТЯМИ»  
И ЦЕНТР ЗАКУПОК СЕТЕЙ

ОРГАНИЗАТОР:

 Reed Exhibitions

ООО «РИД-СК»

ТЕЛ./ФАКС: (495) 662-7101, 937-6861/62

E-MAIL: INTERCHARM@REEDEXPO.RU



[WWW.INTERCHARM.RU](http://WWW.INTERCHARM.RU)

РЕГИСТРАЦИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ • СПИСОК УЧАСТНИКОВ  
НОВОСТИ • РАСПИСАНИЕ МАСТЕР-КЛАССОВ

\* По состоянию на 16 августа 2012. В программе возможны изменения и дополнения.

РЕКЛАМА

INTERCHARM ПРЕДСТАВЛЯЕТ



# Spa



ОЧЕНЬ МУЖСКАЯ КОСМЕТИКА  
ПРИЗНАКИ ОСЕНИ  
ОПЯТЬ ИКРА?  
СПА ДЛЯ ИСТИННЫХ МУЖЧИН

# ОЧЕНЬ МУЖСКАЯ КОСМЕТИКА

ТЕКСТ: МАРИЯ ЖЕЛИХОВСКАЯ

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ПРЕСС-СЛУЖБОЙ 4VOO

*Несмотря на то, что косметика уже давно вышла за границы исключительно женской территории и едва ли не каждая уважающая себя премиальная косметическая марка создала мужскую линию, в мире не так много компаний, специализирующихся на косметических средствах для мужчин. Одна из таких — канадская марка 4VOO. Вход женщинам сюда не то чтобы запрещен, но специально не предусмотрен: все без исключения, что выпускается под этим брендом, предназначено для сильной половины человечества.*





Тональный карандаш -корректор  
Confidence corrector

# К

созданию косметики 4VOO ее основатель Марик Хеврик, выходец из старинного европейского аристократического рода, подошел с чисто мужской логикой: оставим красавицы и прочие завлекательно-маркетинговые уловки женщинам, наша задача – научный подход и нацеленность на быстрый, видимый результат, который придавал бы мужчинам «дополнительный аллюр». Выросший в роскоши сын биолога и химика, впоследствии перенявший профессию родителей, всегда мечтал о чудодейственной формуле мужской красоты – и поиски ее после долгих путешествий по Европе привели Хеврика в Северную Америку, где он начинает трудиться в одной из известных лабораторий. Результатом стали несколько уникальных формул, с помощью которых можно сохранить мужскую кожу свежей и молодой на долгие годы. Так была заложена линейка 4VOO. Позже к ее создателю присоединился интернациональный коллектив профессионалов – профессор университета Барселоны Фернандо Альберичио, создатель наиболее «продвинутых» косметических пептидов; пластические хирурги – бельгиец Ивар ван Хейнинген, американец Рафаэль Акра и чех Святоплук Свобода; дерматолог из Нью-Йорка Брюс Катц; профессор диагностической медицины университета Гамильтона Джулиан Добрановски и визажист из США Нейтан Джонсон, работавший



Сыворотка Lip  
maximizing serum



Мгновенная  
Лифт Сыворотка

*Оставим завлекательно-маркетинговые уловки женщинам, наша задача – научный подход и нацеленность на быстрый, видимый результат*

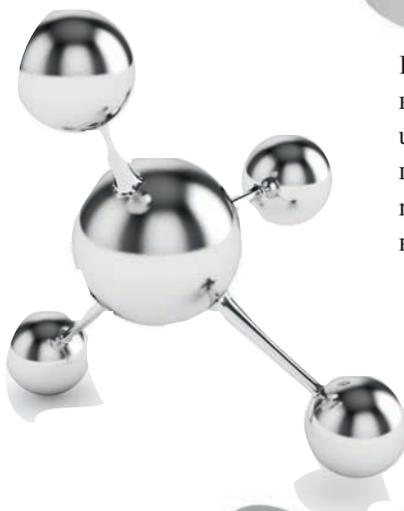
с такими звездами, как Пол Маккартни, Пола Абдул и Кейвин Бейкон, а также чешка Дита Середи Воронова, специалист по коррекционной дерматологии. Все эти люди тестировали косметику 4VOO и рекомендуют ее, исходя из знаний каждый в своей области.

Косметическая линейка 4VOO по уходу за кожей, помимо премиального крема для бритья и бальзама после бритья с экстрактами березовой коры, алоэ вера и водорослей альге, включает гель для умывания Facial balancing cleanser и тоник для лица Balancing skin toner с витамином B5 и натуральным шелковым волокном, обладающим увлажняющим и противовоспалительным свойствами; скраб для лица Deep exfoliation scrub, обеспечивающий глубокое очищение благодаря экстрактам лесного ореха, японского зеленого чая и огурца; маску для лица Energizing mask с натуральными маслами, минералами и витаминами, стимулирующую клеточное обновление и обладающую антиоксидантным эффектом; гель для кожи вокруг глаз Rejuvenating under eye gel, уменьшающий морщины, отеки и темные круги под глазами и придающий коже эластичность, а также крем-автозагар с увлажняющим эффектом. Кроме того, в этой линейке предлагают антивозрастные сыворотки, в том числе и с подтягиваю-



шим эффектом, молочко для тела и ночной крем для лица.

Однако 4VOO вовсе не ограничивается лишь средствами ухода – и это правильно, ведь на то он и мужской бренд, а не просто маскулинная линейка косметической дамской угодницы. А потому – извольте: декоративная косметика для мужчин! В палитре 4VOO – уменьшающая жирный блеск пудра Silk-enriched shine reduction powder с натуральным шелком, виноградными косточками и витаминами А, С и Е, подходящая к любому тону кожи; тональный карандаш-корректор Confidence corrector, выпускающийся в четырех тонах; сыворотка Lip maximizing serum, увеличивающая объем губ и стимулирующая выработку коллагена и гиалуроновой кислоты; блеск для бровей и ресниц Lash & brow styling glaze, придающий объем. Ведь настоящего мужчины должно быть много – даже если речь идет только о ресницах 



Набор: гель для кожи вокруг глаз Rejuvenating under eye gel , увлажняющий крем maximum renewal moisturizer, гель для умывания Facial balancing cleanser



1. Acqua Di Parma Blu Mediterraneo
2. Davidoff Cool Water Pure Pacific Limited Edition



# ПРИЗНАКИ ОСЕНИ

*В саду цикаду поймал.  
Заглянул ей в глаза  
и понял: настала осень*



3

FENDI

Fan di FENDI

4

Fan di FENDI

3. Cerruti  
1881 Pour  
Homme  
4. Fan Di Fendi  
Pour Homme



1. Пена для  
бритья (Purifying and  
Shaving Foam) от Cellmen  
Switzerland

2. Успокаивающий бальзам после  
бритья Spa Care For Him от Pevonia  
Botanica

3. Мультивитаминная маска Провитамин  
B5&Витамины E,C,PP от Academie  
scientifique de beauté Paris

4. Ночной фито крем Crystal Youth Anti  
Age от DeSheli (Phyto Night Cream)

5. Shower gel Dody&Hair /  
моющий гель для волос и  
тела из серии Men от  
Klapp



# ОПЯТЬ ИКРА?



*Икра — начало новой жизни. Икра — признанный во всем мире деликатес. А еще икра — одна из основ косметологических продуктов для омоложения кожи. Вытяжки из икраных крупинки более полувека используются в профессиональной и домашней косметологии как для женщин, так и для мужчин. Кстати, для ухода за мужской кожей они даже более полезны и эффективны. Ведь мужчины стареют медленнее, чем женщины, но уже появившиеся морщины, как правило, очень рельефны и резко обозначены. И хотя время невозможно повернуть вспять, но процессы старения кожи можно замедлить. И специализированные средства на основе черной икры будут лучшим в этом деле подспорьем.*



**ОМОЛАЖИВАЮЩАЯ МАСКА  
С ЭКСТРАКТОМ ЧЕРНОЙ ИКРЫ  
ДЛЯ МУЖЧИН SKINFIT ОТ PEVONIA  
BOTANICA**

Специально разработанная американской компанией Pevonia Botanica процедура для мужчин позволит не только расслабиться и отдохнуть, но и увидеть практически сразу же реальный результат — свежий цвет лица, подтянутую и здоровую кожу.

**NTI-AGE MYOXY CAVIAR**

Myoxy caviar — омолаживающая маска с экстрактами черной икры и жемчуга. Эта высокоэффективная, ультрасовременная процедура обеспечивает самую передовую защиту от старения.

Уникальное сочетание компонентов черной икры и морского жемчуга с белковым фитокomплексом Escutox™ является натуральной альтернативой ботулотоксину и обеспечивает безынерционный лифтинг. Немедленное смягчение рельефа морщин и моментальный лифтинг — гарантированные результаты процедуры.

Маска улучшает текстуру и эластичность кожи, повышает тургор, придает ей свежесть и очарование молодости.

**МАСКА-УХОД FRESH CAVIAR  
С КОЛЛАГЕНОВЫМ ЛИСТОМ**

Сочетание коллагенового листа, экстракта икры, увлажняющих и укрепляющих биокомплексов обеспечивает полноценное питание, обновление и восстановление кожи, позволяет восстановить ее красоту и значительно замедлять процессы старения.

**ЛИФТИНГ-УХОД «КАВЬЯР ФЕРМЕТЕ»  
INGRID MILLET**

Эта восстанавливающая процедура обеспечивает 3D-лифтинг, натяжение и по поверхности кожи, и вглубь всех слоев кожной ткани. Использование термической маски в сочетании с фирменной массажной техникой IM обеспечивает разглаживание мимических морщин вследствие расслабления лицевой мускулатуры. Повышается плотность кожи, укрепляется и подтягивается контур лица, сокращается глубина морщин и складок, выравнивается поверхность и сокращаются поры. Процедуру рекомендуется проводить курсом 4-6-10 раз 1-2 раза в неделю. Для достижения оптимального результата сочетать с другими процедурами IM.



# СПА ДЛЯ ИСТИННЫХ МУЖЧИН

ТЕКСТ: МАРИЙКА ШВЕД

**Т**реть посетителей спа-салонов – мужчины, и это уже не звучит ошеломляюще. Да, мужчины, как и женщины, не хотят стареть, и спа-процедуры уже перестали быть прерогативой дам всех возрастов. Собственно, спа изначально и создавались для мужчин. Бани, термы, сауны, хаммам – все, что сегодня стало неотъемлемой частью спа-процедур, веками предназначалось для мужской половины человечества. В древности в определенные «спа-центры» женщинам и вход был заказан. Поэтому сегодняшние возможности обретения здоровья – не более чем возврат к изначальным формам мужского досуга (можно это назвать и так!). Современные спа для мужчин решают серьезные проблемы: снимают усталость, стресс, перенапряжение, мышечные и посттравматические боли. Коль скоро мы живем в средней полосе России, то и наиболее действенными для кожи и тела будут процедуры, существовавшие задолго до возникновения самого волшебного слова «спа».

**БАНЯ.** Правильная русская баня. Настоящее русское спа. Проверенное тысячелетиями и поколениями настоящих мужчин. Лучший вариант – иметь профессионального банщика, который знает исконные русские ритуалы, связанные с водой, чистотой и спокойствием души. Таких банщиков не слишком много. Но в настоящей русской бане, в настоящем, русском комплексе SPA – клубе «Лисья нора» – они есть. Русская баня здесь – это расслабляющая атмосфера, аромат тайги и звуки леса. Душистые веники из березы, дуба, эвкалипта, можжевельника, пихты – каждый оказывает свой лечебный и оздоровительный эффект.

Кстати, тут используются не просто натуральные природные вещества и компоненты. Все что есть, выращено непосредственно рядом со спа-клубом, в экологически чистом районе Подмосковья, в 40 км от города.

Здесь вас научат правильно включаться в банный процесс, париться по-настоящему и грамотно завер-

шать банные процедуры. Классическая русская баня включает:

- Три захода в парную и парение на пихтовых вениках;
- Всевозможные контрастные процедуры: ледяное обливание, обливание минеральной водой, растирание льдом, купание в природной купели;
- Массаж с горно-алтайским медом и кедровым маслом, пилинг молотыми крупами, скраб медом с солью, пилинг травами, мыльный массаж с лыковой мочалкой;
- Чайный стол: сухари, баранки, варенье, морсы, монастырский мед;
- Витаминно-оздоровительные отвары, приготовленные из трав с соблюдением правил сбора, переработки и хранения.

Если гость умеет делать все сам, в том числе и соблюдать священный ритуал бани, — отлично. Но а если нет, то SPA - клуб «Лисья нора» предлагает услуги банщика, различные в зависимости протяженности по времени и количества человек: 2 часа 30 минут на одного-двух человек, 3 часа 30 минут — на трех, 4 часа — на четырех, 5 часов — на пятерых.

Тем, кто уже знает отличный эффект русской бани, мастера SPA - клуба «Лисья нора» предложат несколько специализированных банных сеансов:

**«Детокс» — для очищения организма** (с парением, обливанием отваром, компрессированием, растиранием жесткой щеткой, вымоченной в молоке с солью, растиранием березовой крошкой, банном массажем лыковой мочалкой).

**«Релакс» — для снятия напряжения** (с двумя парениями, медовой аппликацией, пилингом молотым кофе, банном массажем лыковой мочалкой и классическим расслабляющим массажем с добавлением лимонного масла).

**«Крик души» — для освобождения от стресса** (с тремя парениями для каждого из гостей, медовой аппликацией, укрепляющей маской для волос, очищающей грязевой маской для лица, массажем ступней с антистрессовым гелем, банном массажем лыковой мочалкой, с фруктовой маской на все тело и нанесением увлажняющего крема).

**«Тажный микс» — для получения общего позитивного настроения и удовольствия в компании** (с процедурой «ласковый пар — подготовительный», когда в парную одновременно приглашаются все гости). Банщики используют технику парения «прогрев полотенец», поливая горячие камни отварами эвкалипта и полыни. Далее следует «ударный дубль» когда одновременно парятся два человека: парение проводится на «одеяле» из пихты. Банщики применяют ударную технику парения дубовыми вениками, растирание пихтовым лапником. А между парениями проводятся «контрастные процедуры» — обливание холодной минеральной водой и купание в природной купели.

Съездить не просто в баню, а в настоящую, чтобы потом вспоминать об этом удовольствии, — надо. Обязательно. Чтобы потом делать это еженедельно. Или хотя бы пару раз в месяц. Чтобы чувствовать себя настоящим мужчиной. В настоящей русской бане, в настоящем русском SPA - клубе «Лисья нора» 



SPA - клуб «Лисья нора»,  
Московская обл., Дмитровский район,  
Телефон: +7 (495) 774 45 04



SPA  Курорт

# СКАЗОЧНЫЙ ГОРОД





*Спа перестали быть прерогативой какого-то определенного времени года, места или культуры. Безусловно, те, кто предпочитает азиатские традиции европейским, могут поспорить: ведь как ни крути, в Азии спа-услуги преследуют одну цель — душевное и эмоциональное состояние человека, а в Европе несколько другую — состояние физическое. И хотя мировые спа-тренды довольно прочно удерживают свои позиции, столь же упорно они обогащаются всевозможными нововведениями. При этом создать моду может стать совершенно не обладающий «солидным резюме» салон или курорт.*

ТЕКСТ: МАРИНИКА МАРКОВА

ФОТО: LES ARC 1950 PRESS OFFICE



Среди мастеров комплекса и представители самых «спа-стран» мира, а значит совершаются теми, у кого понимание потребностей клиента идет от сердца через «кончики пальцев».

Примерная стоимость в Deer Nature Spa:

- Вход в велнес-зону: 24 евро для взрослых (с 9.00 до 15.00, без ограничений по времени пребывания) и 30 евро с 15.00 до 20.00, абонемент на 2 часа, доплата за каждый следующий час — **8 евро**.
- Вход в велнес-зону для детей (4-15 лет): **15/21 евро** (утро/день).
- Ароматический скраб: **44 евро** за 30 минут.
- Аюрведический массаж тела (1 ч): **85 евро**.
- Полинезийский массаж: **120 евро**.
- Уход за лицом «Rituel aux Cinq Fleurs®» - **85 евро**.

А при заказе любой процедуры гости могут в течение одного часа находиться в велнес-зоне Les Sources de Marie.





**М**енее года назад на одном из самых новых в Европе альпийских курортов Лез Арк 1950, открылся особенный СПА комплекс. Deep Nature Spa. Это огромная спа-резиденция, общей площадью 1000 кв. метров, располагается на нескольких этажах специально спроектированного здания. Создавалась и позиционировалась она преимущественно как зимний курорт. Конечно, комплекс открыт и летом, но по-настоящему прочувствовать созданную концептуальную историю возможно только зимой. Стоит обмолвиться и о самом Лез Арк 1950, потому что понимание специфики места усиливает впечатление и от спа-комплекса. Представьте себе, что подъехав к нужному въезду на курорт, вы оставляете машину на подземной стоянке, поднимаетесь в лифте на обозначенный этаж и выходите снова на улицу... И удивительным образом вдруг оказывается в самом центре деревушки, более похожей на картинку из «Гарри Поттера» или старую иллюстрацию типичной европейской сказки, чем на современный курорт. Видите похожие на картинку невысокие альпийские дома с деревянными резными балконами, уютными окнами и колокольчиками над входными дверями. «Игрушечные» кафе, магазинчики и лавки всевозможных товаров теснятся на площади и «по-соседски» поддерживают друг друга «за плечи». Через площадь проходит часть лыжной трассы, и периодически мелькающие на ней лыжники кажутся стремительно проносящимися лесными троллями и гномами, которым по недоразумению





выдали не колпаки, а шлемы и разноцветные шапочки. Ощущение нереальности, словно вы находитесь «внутри детского фильма» немного меняется, стоит лишь заглянуть в любой отель или апартаменты. Там – все как и положено на лучших альпийских курортах, однако вид из окон лишь подчеркивает приятное ощущение себя в параллельном, скрытом ото всех мире – за закрытыми дверями въезда в Лез Арк 1950. Такой вот, специально созданный «мирок», существующий всего несколько лет, уже успел обрасти собственными легендами.

Deer Nature Spa всем своим обликом продолжает поддерживать нереально сказочное настроение у посетителей. Этажи комплекса в искрящихся белых тонах, – то ли соляные копи, то ли снежные склоны окружающих Альп... Можно любоваться ими через огромные панорамные окна, принимая ванны, нежась в джакузи или отдыхая в большой зоне релаксации с центральным камином. Или же, неспешно переходя с этажа на этаж, совершить путешествие от сауны к ледяному гроту, от гидромассажных душей к гроту вулканическому (температурой 40 градусов), плавать в большом бассейне, наслаждаться хаммамом, воспользоваться услугами семи массажных кабинетов, из которых три – с видом на Монблан.

СПА-центр работает на одной из самых престижных в мире марок косметики Les Cinq Mondes. Большой выбор традиционных для Cinq Mondes ритуалов и процедур по уходу за лицом и телом, позволяет достичь знатокам и новым апологетам спа состояния целостности с миром, как того требуют восточные культуры, и отличного физического здоровья, как наставляют школы спа – европейские. Среди процедур комплекса: аюрведические массажи, «Ритуал с цветами Бали», эксклюзивные процедуры по уходу за лицом и телом, ароматические скрабы, уход за кожей лица «Сияние», ароматический скраб с пряностями и многое другое.

Есть в Deer Nature Spa и специально разработанные программы для лыжников, для семей, для мужчин, для влюбленных пар, и любая мама, оставляющая своего ребенка в детском клубе Cariboo, получает хорошую скидку на доступ в спа-центр. Потому что «Мамы имеют право на перерыв!» 

*Р.С. Эксперты LIFESPA лично проверяли качество ритуалов комплекса. Ни у привередливого представителя мужского пола, ни у готовой к возможным «европейским» экспериментам девушки, не возникло ни малейшего сомнения в профессионализме мастеров. Сказочные обещания «чувственного опыта на альпийском фоне», как говорят в Deer Nature Spa – выполняются в точности!.*



*Мать и дитя*  
ГРУППА КОМПАНИЙ

Перинатальный  
Медицинский Центр —  
центр здоровья вашей семьи

## Лечебно-диагностический центр на базе ПМЦ



### Все виды диагностики в день обращения:

- Компьютерная томография,
- Магнитно-резонансная томография,
- Ультразвуковые исследования на приборах экспертного класса,
- Полный спектр функциональной диагностики (ЭХО-КГ, стресс-ЭКГ, суточное мониторирование артериального давления и ЭКГ),
- Эндоскопические исследования под анестезией (гастроскопия, колоноскопия и др.),
- Амбулаторная оториноларингология с эндоскопической визуализацией ЛОР-органов,
- Лабораторная диагностика любой сложности.

### Индивидуальные программы лечения, профилактики и реабилитации:

- Консультации специалистов (кардиолог, терапевт, уролог, эндокринолог, маммолог, невролог, ЛОР-специалист),
- Выезд врача на дом,
- Семейные и индивидуальные программы годового медицинского обслуживания.

**Клиника работает без праздников и выходных.**

**Приходите к нам сами  
и приводите Ваших родителей!**

на правах рекламы

г. Москва, Севастопольский проспект 24, корпус 1, подъезд 16

Телефоны:  
8(495) 331-85-10 (многоканальный), 8(495) 331-16-16 (ЛДЦ)

пн. – сб. с 9.00 до 20.00, в воскресенье 9.00 -18.00

[www ldc-pmc.ru](http://www ldc-pmc.ru)

получите консультацию специалиста  
по оказываемым услугам и возможным противопоказаниям



# *Wellness*



ГИД ПО  
WELLNESS ПРОГРАММАМ



# ГИД ПО WELLNESS ПРОГРАММАМ: КАК ЗАПУСТИТЬ ОЗДОРОВИТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ В ВАШЕЙ КОМПАНИИ?

ТЕКСТ: РИТА ЦОВЯН

## ЗАЧЕМ ТРАТИТЬ ДЕНЬГИ НА WELLNESS ПРОГРАММУ?

Специализированные программы, разработанные на основе новейших исследований и технологий, позволяют повысить производительность работы персонала. Около 80% хронических болезней и 90% медицинских затрат можно предотвратить. 8 из 9 случаев летального исхода вызвано болезнями, развитие которых можно предупредить.

## ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ:

- Заручитесь поддержкой топ-менеджмента
- Соберите команду для запуска wellness программы
- Оцените потребности и предпочтения компании и работников
- Задайте цели, миссию и ожидаемые результаты программы
- Составьте стратегический план действий
- Разработайте wellness программу
- Разработайте мотивацию и вознаграждение для сотрудников за участие в программе
- Расскажите персоналу о wellness программе
- Оцените результаты программы и улучшите стратегию

### ШАГ 1: РАЗРАБОТАЙТЕ WELLNESS ПРОГРАММУ

- Составьте бизнес-кейс для запуска wellness программы – здоровье сотрудников сильно влияет на эффективность работы
- Сотрудники будут оценивать действия менеджмента, а не слова
- Сотрудники должны видеть, что менеджмент думает о их здоровье

### ШАГ 2: СОБЕРИТЕ КОМАНДУ ДЛЯ ЗАПУСКА WELLNESS ПРОГРАММЫ

- Команда – это глаза, уши и руки wellness программы
- Команда устанавливает преемственность, мотивированность и общую ответственность за wellness программу
- Команда помогает добавить во внутреннюю культуру организации идеи здорового образа жизни
- Составляйте команду из сотрудников,

заинтересованных в распространении идей о здоровом образе жизни.

- При создании команды постарайтесь охватить различные группы сотрудников

### ШАГ 3: ОЦЕНИТЕ ПОТРЕБНОСТИ И ПРЕДПОЧТЕНИЯ КОМПАНИИ И РАБОТНИКОВ

- Учтите возрастной фактор
- Учтите претензии персонала
- Изучите данные о рисках здоровью
- Определите особенности оздоровительной программы для вашей компании

### ШАГ 4: КУДА МЫ ИДЕМ И КАК МЫ ПОЙМЕМ КУДА ДОШЛИ?

- Установите четкое видение направления программы
- Ожидания
- Критерии и методику оценки
- Установите от двух до пяти четких целей. Они должны быть измеримы и достижимы

### ШАГ 5: РАЗРАБОТАЙТЕ СТРАТЕГИЧЕСКИЙ ПЛАН

- Фокусируйтесь на изменении образа жизни
- Не забывайте о потребностях сотрудников

### ШАГ 6: РАЗРАБОТАЙТЕ WELLNESS ПРОГРАММУ

- Сделайте ее веселой, творческой и эффективной
- Используйте ресурсы продуманно для достижение наилучшего результата

### ШАГ 7: РАЗРАБОТАЙТЕ МОТИВАЦИЮ И ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ ДЛЯ СОТРУДНИКОВ ЗА УЧАСТИЕ В ПРОГРАММЕ

- Покажите желание администрации заботиться о здоровье персонала
- Мотивируйте участие

- Стимулами могут быть :
  - Деньги или подарки
  - Премиальные скидки
  - Отгулы
- Дисконты в фитнес клубы

### ШАГ 8: РАССКАЖИТЕ ПЕРСОНАЛУ О WELLNESS ПРОГРАММЕ

- Формулируйте ее задачи просто и лаконично
- Используйте узнаваемый бренд
- Используйте разные способы напоминания

### ШАГ 9: ОЦЕНИТЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ И УЛУЧШИТЕ СТРАТЕГИЮ

- Изменение стратегии помогает соответствовать меняющимся интересам и требованиям
- Оценивайте до, во время и после

## ФАКТОРЫ УСПЕХА WELLNESS ПРОГРАММЫ

- Поддержка топ менеджментом
- Стимулы
- Персонализированность программ
- Сделайте это веселым
- Оценка и отчет

## ФОКУС WELLNESS ПРОГРАММЫ:

- Улучшить здоровье и продуктивность работы сотрудников
- Создать внутреннюю культуру, которая отводит важное место здоровью
- Внести вклад в финансовое благополучие организации

Новое меню в ресторане



*Русская органика*

---

ул. Поварская, д. 50

**(495) 651-81-91**

---

[www.cdlrestaurant.ru](http://www.cdlrestaurant.ru)

A person with a backpack is seen from behind, standing on a rocky outcrop and looking out over a vast valley. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow. The landscape is lush with green trees and a prominent white cliff face in the distance. The sky is a mix of blue and orange.

# *Inspiration*

ПО СЛЕДАМ  
КАПРИЗНОЙ БОГИНИ  
ФРАНЦИЯ. АЛЬПИЙСКОЕ  
ПУТЕШЕСТВИЕ  
СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ, ВОДА

INSPIRATION  Путешествие

# ПО СЛЕДАМ КАПРИЗНОЙ БОГИНИ

ТЕКСТ: ОЛЬГА СТУПИНА

ФОТО: МИГЕЛЬ



*На необъятных просторах нашей Родины есть удивительные места. Одно из них – курорты Северного Кавказа. Когда-то наши дедушки и бабушки, а потом и родители искали возможность достать путевку в санатории этого чудесного края. Теперь и я открыла его для себя.*



**П**ервое, что я почувствовала, сойдя с трапа самолета в аэропорту «Минеральные воды» - потрясающий горный воздух. Вид горной местности тоже впечатляет.

Есть такой вид лечения - ландшафтотерапия, мне кажется, я прошла на Кавказе полный курс.

Первым пунктом нашего маршрута стал Железноводск. Мы остановились в санатории «Плаза Железноводск», насчитывающем 134 номера, в том числе 43 номера повышенной комфортности, в одном из которых мы и разместились на отдых. Хотя особо устать не успели, так как время полета составило около двух часов. Это поразительно: всего два часа - и вы в одной из лучших здравниц Кавказа!

Очень удобно расположен выход на крышу санатория, куда я, облачившись в купальник, отправилась загорать в «Аэросолярий». Санаторий обступили горы, сияло яркое солнце, и я не могла сосредоточиться на принесенной с собой книжке, постоянно любовалась панорамой местности.

Считая себя истинным гурманом, я была приятно удивлена обедом. Огромный выбор диетических

блюд, притом отменно приготовленных, много фруктов и сухофруктов, диабетический стол. Прямо перед столовой выведен бювет с минеральной водой, которую рекомендуется пить за полчаса до еды. При желании можно отправиться в центральный парк Железноводска, где расположены бюветы с горячими «Славяновской» и «Смирновской» водами. Приятная прогулка через парк до источника является каждодневным полезным ритуалом для отдыхающих. Минеральная вода обладает характерным железистым вкусом, в честь которого город и получил свое название, но позже ученые выяснили, что содержание железа в воде незначительно, зато много кальция.

В бешеном ритме города нам, девушкам, бывает сложно найти время на уход за собой. Даже маникюр не всегда успеваем делать вовремя. Если беспокоит здоровье, мы не спешим обращаться к врачу, а идти на обследование - тем более. Мы считаем, что лечиться – это скучно. Вот только кто нам это сказал? Лечение в «Плаза Железноводск» убедило меня в обратном. Каждое утро я с удовольствием принимала водные процедуры: веерный душ, гидромассаж,

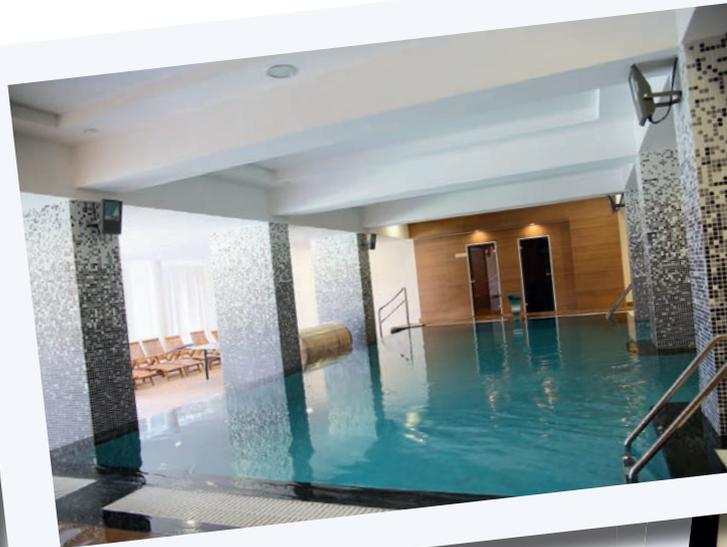
который заметно улучшает и корректирует фигуру, различные ванны на все виды самочувствия и настроения, в том числе и с минеральной водой.

Медицинская часть санатория имеет серьезную диагностическую аппаратуру, позволяющую использовать эффективные методики: биорезонансную терапию, озонотерапию, инфитотерапию, магнитотурботрон, физиотерапевтические программы лечения урологических и гинекологических заболеваний, в том числе бесплодия. Поездка в санаторий - прекрас-

ная возможность совместить отдых с систематическими медицинскими процедурами, ведь добиться результата можно только при системном подходе.

Любителей спа порадует спа-комплекс с бассейном, сауной, хамамом, фитнес-центром и кабинетами, где вам могут предложить более 2000 видов процедур.

Когда стемнело, мы отправились в Суворовскую станицу, чтобы искупаться в термальных источниках. Некогда маленькому поселению суждено было стать местом паломничества благодаря открытым в



нем термальным источникам. По легенде, однажды с Олимпа спустилась на землю древнегреческая богиня Герцина. Прогуливаясь, она почувствовала сильную жажду, а воды поблизости не было. Топнув ножкой, Герцина высвободила из-под земли заключенный там родник. С тех пор миллионы людей посещают знаменитые термальные воды. Я тоже почувствовала на себе их действие: они улучшают состояние кожи и лечат от многих заболеваний. Купание в открытом бассейне под звездным небом - настоящее наслаждение. Здесь же, на территории комплекса, мы пили травяной чай с горячими пирожками в уютных беседках, застланных коврами в восточном стиле.

На следующий день было решено отправиться в Пятигорск и посетить еще одно местное чудо природы - Провал. Когда-то горные породы не выдержали напора подземных вод и рухнули, образовав большую воронку с озером на дне. Благодаря содержанию в нем особых бактерий и серы озеро имеет удивительный ярко-бирюзовый цвет. Экскурсовод напомнила нам о лермонтовском «Герое нашего времени», герои которого прогуливались к Провалу. Как тут не почувствовать связь времен!

Уже через час мы поднимались по канатной дороге на гору Машук, на вершине которой у меня захватило дыхание от потрясающего вида. Как на ладони внизу лежали города, их обступили величественные горы, по которым вились змеи дорог.

Расстояния между городами Кавказа совсем небольшие, поэтому мы отправились в Ессентуки, где находятся источники всеми любимой воды «Ессентуки», и ознакомились с грязелечебницей, одной из главных достопримечательностей города. Здание грязелечебницы, которое напоминает дворец римского императора, само по себе заслуживает внимания, но то, что творится внутри, еще более интересно. Огромные трубы под давлением обеспечивают подачу грязи в комнаты, где с ее помощью лечат пациентов. Грязь обладает такой высокой активностью, что полное обертывание делается в редких случаях, чаще грязевые аппликации наносят на отдельные участки тела. Завершилось наше путешествие в Кисловодске, самом южном городе региона, где в году 360 солнечных дней. Мы остановились в санатории «Плаза Кисловодск», который вот уже семь лет радует своих гостей отличным сервисом на европейском уровне и лучшими



*По легенде, однажды с Олимпа спустилась на землю древнегреческая богиня Герцина. Прогуливаясь, она почувствовала сильную жажду, а воды поблизости не было. Топнув ножкой, Герцина высвободила из-под земли заключенный там родник. С тех пор миллионы людей посещают знаменитые термальные воды.*

природными дарами Кавказа. Особенно мне понравился спа-комплекс на крыше: ванны с минеральной водой можно принимать под открытым небом. На заметку родителям: здесь принимают самых маленьких детей, от «нуля», и развлекают в специальном детском клубе, пока родители принимают процедуры. Или же ребенком занимается индивидуальная няня. Гордость Кисловодска - природные источники Нарзана, которые идеально подходят для лечения органов сердечно-сосудистой и вегетативной нервной системы. Стоит посетить крупнейший в Европе целебный парк, площадью около тысячи гектаров. Все посадки парка, вплоть до каждого куста, были сделаны вручную, протяженность дорожек, по которым гуляют отдыхающие, 70 километров, и они спроектированы таким образом, что подъем в гору практически не заметен. Я гуляла по этому сказочному парку, следила за тем, как долина роз перетекает в сосновый бор; мне хотелось заглянуть в каждый уголок, но на это понадобился бы не один день - парк и вправду огромен. Зарядившись энергией солнца и горным воздухом, мы отправились домой, кинув монетку в фонтан, чтобы снова побывать на Кавказе 📍

ТЕКСТ И ФОТО:

МАРИНИКА МАРКОВА

МИХАИЛ Д'ОРГАВЦЕВ

ФОТО:

CITROEN PRESS OFFICE

LA PLAN PRESS OFFICE



# ФРАНЦИЯ. АЛЬПИЙСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

*Готовясь нырнуть во французские каникулы, мы совершенно не предполагали, что главным действующим лицом в вояже из Парижа в Альпы станет вода. Но, отмеряя километры на спидометре новенького Citroen DS4 сначала по Парижу, а потом по горному серпантину, мы раз за разом сталкивались с тем, что именно она — связующая нить путешествия.*

#### **АЭРОПОРТ ШАРЛЬ ДЕ ГОЛЛЬ – ПАРИЖ**

Первое, что мы встречаем во французской столице, — интерактивное табло, при одном взгляде на которое у нас вырывается: «Яндекс пробки в Париже!» Предчувствуя длинное путешествие по парижским улицам и потому не торопясь, забираем арендованный автомобиль на стоянке.

Молочно-белый CITROEN DS4, с хромированными деталями, отчаянно пахнущий тем запахом будущих дорог, который заставляет любого автомобилиста затаить дыхание от предвкушения удовольствия,

словно звеня от нетерпения вырваться из подземелья аэропорта, наконец-то выносит нас на трассу. И, достоверно показывая наличие пробок на встроенном навигаторе, начинает уверенное движение по предместьям французской столицы. На наш автомобиль засматриваются. И вечерние улицы Парижа, и висящая в воздухе водяная пыль тому не помеха. А с трудом найдя место на парковке на авеню Монтень, мы гордо отмечаем, что наш автомобиль соответствует статусу одной самых престижных улиц города.



#### **ОТЕЛЬ, ВИДЫ, РЕСТОРАНЫ И РЕКА**

Утро в Париже — это когда спать не получается, непонятно почему, когда ты вскакиваешь в 6 утра и, раздвигая тяжелые шторы в номере L'hôtel Plaza Athénée, видишь чуть правее - Эйфелеву башню, напротив - витрины бутиков с закрытыми жалюзи и еще не потушенным ночным освещением. Внизу - неторопливо подъезжающие к входу в отель лимузины и столь же неторопливого и словно выполняющего важнейшую государственную задачу швейцара. Налево — уходящий в розоватый свет утренних сумерек и виденный тысячи раз в кино типичный парижский пейзаж: дома с кованными решетками балконов, зеленые даже зимой кроны деревьев. Первое желание — распахнуть окно и закричать, а может, наоборот, сказать самому

себе тихим шепотом: «Я снова в Париже!» Но, город... Статус.. L'hôtel Plaza Athénée... И детский порыв уходит, оставляя место созерцанию комнаты, похожей на резиденцию президента или апартаменты величайшей мировой звезды.

Красные полотнища (цвета, кстати, так и называемого, а-ля Plaza), закрывающие окна отеля, видны практически с любой высокой точки центра Парижа. Место идеальное — между Елисейскими полями и Эйфелевой башней. Стиль - «а-ля паризьен» - изящество, шарм, осознание причастности к миру высокого искусства и высшего света. Удивительно, но открытый целых сто лет назад, в 1911 году, Plaza так же тонок, возвышенно юн и молод, и внешне, и изнутри. Из 191 номера 45 — Suite. И если повезет, то окна будут

выходить на авеню Монтень, что добавит к ощущению шика еще и мягкий свет неспящей парижской улицы. Статусу Plaza соответствует и располагающийся тут знаменитый Institut Dior (Институт Диор), один из лучших в мире люксовых салонов красоты и СПА. Сюда приезжают на специальные процедуры самые искусственные знатоки ухода за собой со всего мира. Причем, по словам сотрудников, мужчин в последнее время не меньше, чем женщин. И возраст значения не имеет. Прогулка по набережным Сены, не такой полноценной, как летом, (она тут, просто часть окружающего ландшафта, как архитектурный элемент, вписанный в интерьер мастером, а не масса воды, которая омывает Париж) приводит к Лувру, Эйфелевой башне, знаменитым садам, и, конечно же, вызывает вызывает голод. Выбирая ресторан, или просто кафе, стоит знать, что еще Наполеон ввел во Франции закон, обязывающий всех владельцев трактиров давать «воду и корку хлеба бесплатно любому путнику». С середины 80-х годов XX века действует указ, подтверждающий это правило. Надо всего лишь попросить «Carafe d'eau, s'il

vous plaît». И графин с простой водой, считающейся одной из лучших в мире, будет на столе. Даже в ресторане, отмеченном звездами MICHELINE!

Снег с дождем по прилету, спа в отеле, река, теперь еще и закон о воде! Может быть, это просто совпадение?

## ЛА ПЛАНЬ – ЛЕДЯНАЯ ВЫШКА – СПА В ГОРАХ

Пары дней в Париже вполне достаточно, что бы «стать чуть-чуть французом» и приступить к основной части путешествия. Альпы, засыпаны свежим снегом, и кто ждет встречи больше, отутюженные ратраками склоны или лыжники, готовые к их покорению, - можно поспорить.

Почти 700 километров до гор Citroen DS4 преодолевает «влет». Дизель под капотом, порадовал ритмичным звуком, тихим урчанием и приемистостью; удобная приборная панель и навигационный экран, комфортные сидения с боковой поддержкой, оборудованные встроенным массажным роликом, не только помогают не устать от поездки, но и создают комфортное ощущение от управления машиной.







На крутых горных поворотах, несмотря на летнюю резину, автомобиль чувствует себя как рыба в воде(!), или как лыжник на снежном склоне(!) ?

Укутанная в зимне-белые одежды, с «аксессуарами», в виде подъемников разной высоты и снежных лифтов и пушек, подчеркивающих многообразие горнолыжной зоны, La Plagne, цель нашего путешествия, встречает гостей осторожно. Словно потихонечку, показывая свое становление (с 60-х годов XX века, когда в Плань-центр был построен первый курорт), через более современные Плань Белькот и Плань Виллаж. К самой уютной из деревень – Бель Плань. Эта горнолыжная область относится к знаменитой зоне катания PARADISKI, «раю для лыжников и бордеров всех стилей и направлений», объединяющему 425 км трасс. Зона катания настолько велика, что перед тем, как выйти из дому, стоит распланировать маршрут. Ведь катание можно совместить и с гастрономическими радостями (проехав по наиболее простому маршруту), и с посещением СПА-центров. А мы, окончательно утвердившись в том, что вода в нашем путешествии играет главную роль, соглашаемся на лыжный бросок

от Hotel et SPA Carlina(4\*) к деревеньке Montchavins-Coches, чтобы посетить СПА-комплекс Espace Paradisio, один из лучших в этом регионе, с панорамными видами и ледяным бассейном на улице.

После расслабляющих СПА-процедур совсем забываем, что в горах темнеет намного раньше. И, возвращаясь обратно, уже по начинающим превращаться из снега в лед трассам, чуть не опаздываем на последний лифт. И оказываемся перед выбором: либо вниз по красным трассам, которых тут не так и много, курорт-то в основном семейный, либо... И тут, оправдывая название «PARADISKI», на нас буквально с неба «падают» местные ангелы – команда лыжной полиции, которая и сопровождает наиболее нашу компанию вниз, к отелю. Да здравствует профессионализм! Хочешь «лыжного счастья» – учишься кататься. Немного обидно – но справедливо.

#### КОЕ-ЧТО ИЗ ПРАВИЛ ЖИЗНИ В ГОРАХ

Стоит отметить, что Ла Плань не изобилует местами для традиционных зажигательных «après ski» - веселого времени после лыж. Хотя ресторанов с савой-

ской кухней, готовых накормить местными специалитетами, здесь много. Как при отелях и горных шале (например, Chalet Verdon Sud), куда принято заезжать на ланч, заканчивающийся рюмкой местной крепкой настойки женепи, так и в торговой галерее деревеньки. Но зато вечерами на главной площади Бель Плань происходят настоящие живые концерты, невзирая на мороз. Причем в роли музыкантов выступают те же самые лыжные инструкторы, которые днем учат катанию всех желающих. Полный отрыв и безудержное веселье — самый скромный отзыв об этих вечеринках. Удивительно и то, что откатавшие многочасовые и многокилометровые маршруты ребята с таким жаром отдаются музыке, что становится непонятно, где они возьмут силы на завтрашний день?

И еще раз про автомобиль: возможно, не каждый согласится, что он нужен на горном курорте. Но если вдуматься, как без него?! Случайный знакомый успел поведать, что в соседней деревушке подают шикарное мясо на ужин; жена узнала про нужный магазинчик в 20 минутах езды от ваших апартаментов; дочка не верит, что всего за час можно спуститься до зеленой травы в долине, а у сына блестят глаза от брошюры, обещающей прогулку в снегоступах к ледяным пещерам, со стартом из населенного пункта, расположенного выше по склону. Разорваться? Ну уж нет, именно для того, чтобы всюду успеть, мы и взяли автомобиль. Ну что, друзья, кто угадает, сколько поворотов нас ожидает по серпантину к следующему пункту назначения? В навигатор, чур, не подглядывать... 📍



# СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ, ВОДА

*Часы, проведенные в спа – время медитации, концентрации не на мыслях, а на ощущениях. Маленькое бегство от ежедневных дел и бешеного темпа жизни. Если же вы готовы потратить на себя, любимого, больше половины дня, стоит обратить внимание на спа-апартаменты, в которых все устроено так, чтобы эффект от комплекса процедур был максимальным.*

ТЕКСТ: МАРИНИКА МАРКОВА

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ

ПРЕСС-СЛУЖБАМИ





### СПА–АПАРТАМЕНТЫ В ГРЕЦИИ: **DANAI BEACH RESORT & VILLAS 5\***

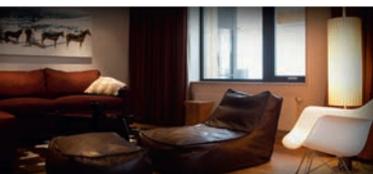
Отель Danai Beach Resort & Villas 5\* расположен на берегу Эгейского моря, на полуострове Ситония. Здания отеля, в числе которых и спа-виллы и апартаменты разбросаны по склону горы, среди субтропического сада, спускающегося к песчаному пляжу. Отель Danai Beach Resort and Villas 5\* является членом "Leading Hotels of the World".

Примером спа-виллы, коих на курорте несколько, может служить Вилла Даная (размер около 195 кв.м)

Две стеклянные стены огораживают частную террасу и глубокий бассейн с подогревом. Эта вилла с двумя спальнями и двумя ваннами оформлена в уникальном средиземноморском стиле который объединяет минимализм, роскошь и класс. Мраморный камин, старинный персидский ковер и великолепный диван фирмы Фенди доминируют в гостиной, наряду с оригинальными произведениями искусства.

В мраморной ванной комнате есть ванна с гидромассажем, отдельной душевой кабинкой. На террасе имеется дополнительный обеденный стол и две зоны для отдыха. Процедуры спа-центра при желании гостей проводятся непосредственно на территории виллы.

<http://www.danairesort.com>



## СПА-АПАРТАМЕНТЫ В ШВЕЦИИ: **PRIVATE SPA**

Новый частный спа-центр отеля-резиденции COPPRTHILL недавно создан на самом большом и известном горнолыжном шведском курорте Оре. Архитектор Майя Ивдал из дизайн-бюро Arkitektbyrån, с ее фантастическим вниманием к деталям, создала мечтательную, мирную и уникальную спа-среду. Концепция дизайна напоминает мифическую пещеру сокровищ в горах. Мягкие серые тона угля в деревянных панелях и шифер, с акцентами, вдохновленные природой: огонь и солнце. Стеклопанельная мозаика, классические стулья Nordal, отделанные кожей лютучей мыши. Этот новый, полностью отдельный спа-уголок предлагает уникальную Brechtel сауну, с низкими температурами, сухую сауну, комнаты отдыха, горячие ванны и душевые кабины.

Все процедуры проводятся непосредственно в апартаментах. Спа-апартаменты, могут быть забронированы частными лицами и группами до 20 человек.

<http://www.copperhill.se>

## СПА-АПАРТАМЕНТЫ В ТАИЛАНДЕ: **BANYAN TREE SPA SANCTUARY НА ПХУКЕТЕ**

Banyan Tree Spa Sanctuary состоит из четырнадцати тайских спа-вилл/апартаментов Spa Pool Villas с бассейном, искусно сочетающих традиционную тайскую эстетику в дизайне с роскошью и изысканным комфортом. В каждой вилле - просторная гостиная с большой софой, письменным столом и телевизором. Окруженная успокаивающим бассейном, спальная комната напоминает дрейфующий на пруду с кувшинками элегантный дом. В большой ванной находится двоякая раковина, душ и ванна, душ и ванна на свежем воздухе, а также собственная парная комната с отдельными зонами для переодевания. В дополнение к вышеперечисленному гостям предлагается окунуться в 9-метровый бассейн, окруженный залом Thai sala с двумя спа-кушетками, где проводятся заранее забронированные процедуры.

[www.banyantree.com](http://www.banyantree.com)



# Life SPA

The logo for 'Life SPA' is set against a teal background. The word 'Life' is in a light teal, lowercase serif font, with a pair of hands holding three butterflies above the 'i'. The word 'SPA' is in a larger, light teal, uppercase serif font.

ПРИСОЙДИНЯЙТЕСЬ К НАМ  
НА FACEBOOK

<http://www.facebook.com/LifeSpaMagazine>



ВОСКРЕСНЫЙ БРАНЧ  
В ОТЕЛЕ  
«АРАРАТ ПАРК ХАЯТТ  
МОСКВА» –  
МЫ СОЗДАЕМ ПОВОД  
ДЛЯ ПРИЯТНОЙ  
СЕМЕЙНОЙ ТРАДИЦИИ

с 12.30 до 16.30  
РЕСТОРАН «ПАРК»

3 900 руб. для взрослых  
1 000 руб. для детей от 6 до 12 лет  
Бесплатно для детей младше 6 лет

---

АРАРАТ ПАРК ХАЯТТ МОСКВА™

---

Москва, ул. Неглинная, д. 4  
Тел.: +7 495 783 1234  
[moscow.park.hyatt.com](http://moscow.park.hyatt.com)



# *Business*



КОМНАТА ОТДЫХА  
СОКРОВИЩА ЗЕМЛИ ТЫСЯЧИ  
РИСОВЫХ ПОЛЕЙ

# КОМНАТА ОТДЫХА

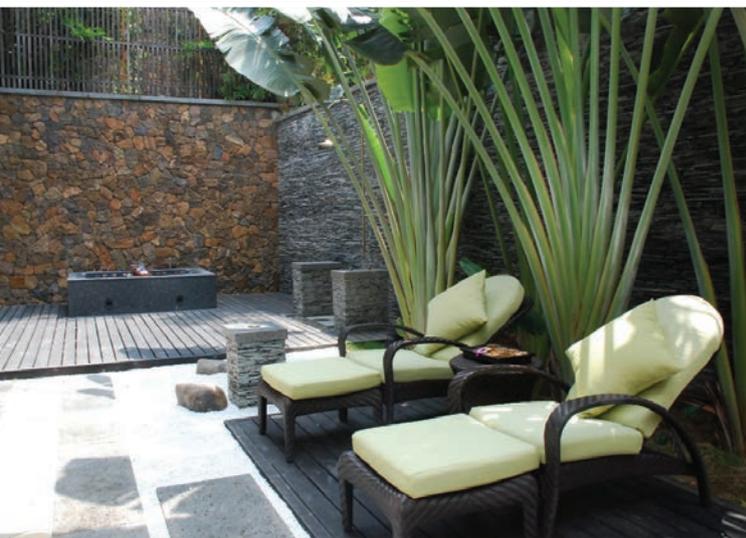
*Какой она должна быть, чтобы обеспечить полный релакс и отдохновение от всех земных забот? Наши эксперты вывели несколько рецептов.*



TRETYAKOVSPA

Россия, Москва

Помещение с приглушенным светом лишено контакта с внешним миром.



MANDARIN ORIENTAL SPA

США, Майами

Внутренний двор с пальмами в кадках и садом за стеной.



SPA CINQ MONDES –  
HOTEL BEAU RIVAGE PALACE

Швейцария, Лазанья

Комната с минимумом деталей и ортопедическими кроватями.



**K SPA – KWEST HOTEL**

**Великобритания, Лондон**

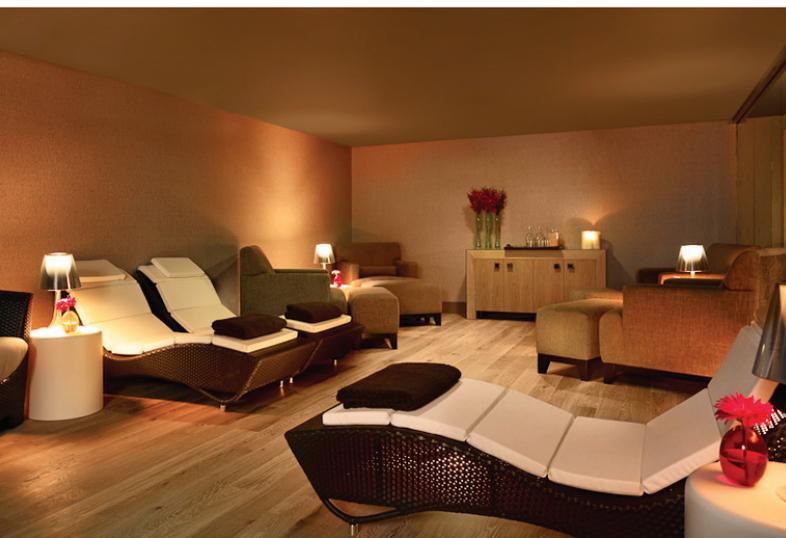
Отдельная кабина, в которой можно почувствовать себя в одиночестве.



**SHA WELLNESS LINIQ**

**Испания, Аликанте**

Открытая терраса с видом на заснеженные горные вершины.



**BLUE HARBOUR SPA – HOTEL  
WYNDHAM GRAND CHELSEA HARBOUR**

**Великобритания, Лондон**

Комната с аромалампками, предназначенными для улучшения настроения.



**SPA CHAKRA – ACQUA DI PARMA**

**Сардиния, Порто-Черво**

Комната с бассейном, имеющим функции гидромассажа.

# СОКРОВИЩА ЗЕМЛИ ТЫСЯЧИ РИСОВЫХ ПОЛЕЙ

ТЕКСТ: BILL HEALY

*Life Spa беседует с Брайаном Хэтэуэй, директором Spa & Wellness известного во всем мире курорта Mandarin Oriental Dhara Dhevi Chiang Mai в Таиланде.*

**LF:** Вы пришли в Mandarin Oriental's Dheva Spa, имея за плечами замечательный опыт работы в самых престижных спа мира. Расскажите, пожалуйста, об основных этапах вашей карьеры.

— Я начал свою карьеру в 1992 года во Флориде. Это произошло случайно. Я только окончил университет по специальности “Бизнес и управление спортивными клубами” и устроился на позицию директора по фитнесу в одном из лучших отелей Майами. Директор по спа-услугам заболел, и меня попросили руководить и этой частью бизнеса.

Следующие двенадцать лет я работал в двух других престижных спа-центрах в США, а в 2004-м стал директором спа в отеле Four Seasons Bali Jimbaran Bay и Sayan. В 2006-м меня повысили до старшего директора, отвечающего за двадцать два спа Four Seasons в Азии и Тихоокеанском регионе. А чуть позже, в 2009-м, к

ним добавились еще десять Four Seasons на Среднем Востоке.

2011 год оказался очень тяжелым для меня, так как я переехал с семьей в Каир ровно за 55 дней до революции и в результате на 250 дней был оторван от семьи. После этого мы с женой приняли решение немного сбавить темп и больше времени уделять семье. Ведь у нас двухлетняя дочь. И когда мне предложили сфокусироваться на одном спа, Dhara Dhevi в Северном Таиланде, я с радостью принял это предложение.

**LF:** Dhara Dhevi — жемчужина в коллекции Mandarin Oriental, одной из лучших гостиничных сетей в мире. Какими отличиями The Dheva Spa может по праву гордиться?

— Во-первых, своей архитектурой — она выше всяких похвал. На площади 3100 кв м расположены 18 процедурных кабинетов. У нас работают три специалиста





по аюрведе, так что мы предлагаем намного более широкий спектр услуг по сравнению с обыкновенными пятизвездочными спа. Кроме того, The Dheva Spa обладает репутацией центра с результативными оздоровительными программами.

**LF: Многие посетители в восторге от архитектуры Mandarin Oriental. Что определило облик отеля?**

— Дань истории древнейшего королевства Ланна. Весь прошлый век богатейшая история Северного Таиланда оставалась незамеченной, хотя этот регион имел значительное влияние на тайскую культуру. Об уникальности королевства Ланна свидетельствует писатель Вильям Воррен: «Ланна казалась совершенно иным миром. У людей были другие, более мягкие обычаи... они ели другую пищу, с ароматами, говорящими о влиянии Бирмы и Лао. Они по-другому отмечали праздники, говорили на другом языке... даже погода была другой».

Благодаря изолированности этого района и нежеланию меняться наиболее важные исторические места королевства сохранились до наших дней. Утонченное королевское наследие с любовью впитано нашим роскошным курортом, который сильно отличается от обычных пятизвездочных отелей. Mandarin Oriental Dhara Dhevi Chiang Mai — это целый город, на территории которого есть крепостные стены и рвы, парадная площадь, копия древнего буддийского молитвенного зала, дворец, рынок, виллы знати, сельскохозяйственные деревни на окраинах, сады и рисовые поля. Команда, состоявшая из более чем 1000 опытных строителей, в течение пяти лет работала над возведением Mandarin Oriental Dhara Dhevi, кропотливо воссоздавая место, где традиционная культура Ланна гармонично соединяется с азиатским колониальным величием.

**LF: Что уникального в оздоровительных процедурах и терапии в Dheva Spa?**

— Наши методы терапии были созданы на основе

древних храмовых рецептов и лекарств. В тайской культуре храм был центром всего — местом для учебы, общения, духовных сеансов. Жители Таиланда ходят в храм, чтобы помолиться, посетить важные религиозные мероприятия, познакомиться с людьми и обменяться с ними опытом. Древние знания о здоровье, лечебных травах и способах массажа также хранились в храмах. Такие знания передавались из поколения в поколение. Древние церемонии, основанные на философии и религии, отражали особенности жизни людей в прошлом.

Все процедуры Dheva Spa разработаны на основе традиционных рецептов и древних знаний о красоте, собранных в тайской, индийской и китайской культуре. Каждая из них основана на проверенных временем методиках.

Примером может служить “Церемония Lanna”. Она начинается травяной ванночкой для ног и продолжается сеансом Oriental Body Glow, популярнейшей процедуры для ухода за кожей. Следующая процедура — Fang wrap (обертывание), она предназначена для приготовления к массажу.

Lanna переводится как «Земля тысячи рисовых полей». Это древнее название региона Чиянг Мэй. Традиционным занятием местных жителей была работа на рисовых полях. Поэтому к вечеру люди были физически усталыми и нуждались в активном массаже для восстановления сил. В то же время им нужно было защищать свою кожу от солнца. “Церемония Lanna” была создана и адаптирована на основе этой исторической информации. Травы для обертываний и скрабов выбраны в соответствии с древними традициями. Индивидуальный подход к каждому человеку — это основа наших оздоровительных программ. Наши специалисты гордятся тем, что могут предоставлять высококачественный, индивидуальный сервис, комбинируя древние и современные терапевтические техники.



**LF: Dheva Spa предоставляет не только однодневные, но и долгосрочные оздоровительные программы. Не могли бы вы рассказать о них подробнее?**

— Действительно, наши посетители могут выбрать одну из долгосрочных программ - Holistic и Ayurvedic Wellness Programs. Их продолжительность - от 3 до 21 дней.

Аюрведа — важный целостный подход, предлагаемый в нашем центре.

Наши специалисты по аюрведе проводят индивидуальную диагностику клиентов. В программу входит и определение диеты на основе тайской кухни. Программа может также включать фитнес, йогу и медитации под пристальным наблюдением специалистов. В основе терапии — аюрведические методы лечения с применением местных трав и масел.

Ключевые элементы аюрведической терапии:

- персональный подход — уникальность каждого человека отражена в уникальной оздоровительной программе;
- трансформационный подход — оздоровление может потребовать изменение взгляда на жизнь, привычек в еде и реакции на жизненные ситуации;
- комплексный подход — обновление списка процедур и включение дополнительных опций для наилучшего оздоровительного эффекта;
- гибкость — помощь в обретении внутреннего баланса с учетом персональных особенностей человека.

Результат аюрведической терапии — ощущение заметного улучшения здоровья — хороший сон, подвижность суставов, прилив энергии.

При лечении хронических болезней мы предлагаем более продолжительные программы, все они также строго индивидуальны. В вашу программу могут быть включены такие услуги, как “Терапия головы”, “Терапия кожи”, “Терапевтические процедуры для тела”, “Вибрационная терапия”, “Упражнения на

дыхание и растяжку”.

Индивидуальный план оздоровления будет включать диету, упражнения, отдых и рекомендации для изменения образа жизни.

**LF: Подбор и обучение персонала - важный фактор для достижения успеха. Как у вас устроен этот процесс?**

— У нас есть специальные учебные центры. Программы обучения построены таким образом, чтобы соединить локальные методы терапии с современными исследованиями.

Каждый член нашей команды должен отлично разбираться как в теоретических, так и практических аспектах лечения. Неотъемлемая часть наших тренингов — йога и духовные практики.

Кроме подготовки персонала, наш учебный центр также проводит вводные семинары и мастер-классы для наших гостей, заинтересованных в самопознании и самоисцелении. Они охватывают широкий спектр тем, включая аюрведу, традиционную тайскую Lanna йогу, духовные практики, ароматерапию и так далее.

**LF: Значительная часть ваших клиентов — иностранцы. Какие рестораны открыты на территории отеля?**

— Вы, наверное, будете удивлены, когда узнаете, что рынок номер один для нас — Таиланд. Однако надо учесть, что здесь мы говорим и о экспатах, живущих в Таиланде. Затем следуют Китай и США, Европа и Корея. Прямой рейс из Сеула играет нам на руку.

На нашем курорте есть 5 различных ресторанов, начиная с тайской и китайской кухни и заканчивая французской. Мы перевели все наши меню на десять языков. Кроме того, у нас довольно широкий список занятий для наших гостей, от йоги до кикбоксинга. Есть и детский клуб.

**LF: Вы можете назвать самые популярные занятия?**

— Я бы сказал, что, за исключением спа-процедур, наибольшей популярностью пользуются посев риса и езда на буйволе 🐃





PANERAI

PIAGET

IWC  
SCHAFFHAUSEN  
SINCE 1868

Бутик «НОБЕЛЬ»  
Санкт-Петербург, ул. Б. Морская, д.39  
отель «Астория»  
тел.: +7 (812) 494-51-23  
[www.tdnobel.ru](http://www.tdnobel.ru)

ООО ТД «Нобель»

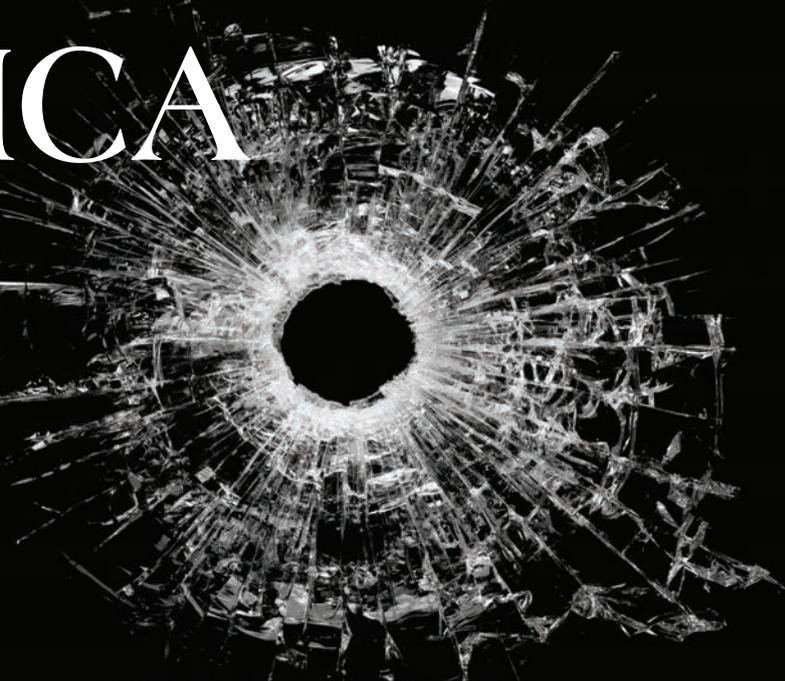


# Style

ПРАВИЛА ЖИЗНИ  
ДЖЕЙМСА БОНДА  
ТАТЬЯНА СКАКОВСКАЯ  
LEXUS, SUBARU, AUDI  
СОВСЕМ РУЧНОЙ

# ПРАВИЛА ЖИЗНИ ДЖЕЙМСА БОНДА

*Первое и главное правило знаменитого агента 007 — всегда быть на полшага впереди противника. Остальные попробуйте угадать — подсказки перед вами.*



*Шон Коннери*



*Пирс Броснан*



1



2



3



4

1, 2. Patek Philippe Calatrava  
Ref. 5960  
3. Girard-Perregaux Tourbillon  
with Three Gold Bridges  
Diamond-Set  
4. Girard-Perregaux vintage 1945  
Tourbillon with Three Gold  
Bridges  
5. Chopard L.U.C Qualité  
Fleurier



5





1



2

1. Браслет Cinta by John Hardy
2. Кулон S.T.Dupont
3. Браслет John Hardy
4. Запонки Girard-Perregaux
5. Кольцо Bulgari



5



3



4



6

9

8

7

10

11

- 6. Кольцо S.T.Dupont
- 7. Запонки S.T.Dupont
- 8. Ручка S.T.Dupont ROLLER
- 9. Кулон S.T.Dupont
- 10. Зажигалка S.T.Dupont
- 11. Кольцо David Yurman

STYLE  Персона

СТИЛИСТ: ЯНА ЕФРЕМОВА

ФОТО: МИГЕЛЬ

ТАТЬЯНА  
СКАКОВСКАЯ

*Татьяна Скаковская - модель, актриса, ведущая, создатель и продюсер проекта «TRIO MODELS», а также авторской фотовыставки Fetish GlamouRussia 2012 и серии модных показов с привлечением коллекций известных дизайнеров «FASHION SHOW от Татьяны Скаковской». Одним словом, девушка незаурядная. Татьяна умеет отстаивать собственную точку зрения, умна и «остра на язык», что успели оценить зрители различных ТВ-каналов, где Татьяна регулярно появляется в качестве гостя или эксперта, а также гости ее страницы в интернете.*

Ответы Татьяны на вопросы LifeSPA подчеркивают, что красивая девушка прекрасна не только внешностью, но и умом и характером.

**LF: Что, по вашему мнению, привлекает мужчин в женщине?**

— В первую очередь срабатывает визуальное восприятие и мужчина реагирует на внешний вид женщины: фигура, прическа, макияж. Высокий каблук и походка от бедра. Стил. В этом сексуальность, и такую девушку невозможно не заметить! Если говорить о мелочах и выделять что-то одно, то кого-то привлекает аромат, кого-то маникюр, кого-то улыбка... но я считаю что в общем важен образ...целостная картинка...

**LF: Что необходимо делать, чтобы быть привлекательной?**

— Важно все: занятия в зале для поддержания или коррекции фигуры, массаж и обертывания для уничтожения целлюлита, маникюр, педикюр, спа-процедуры, правильный сон. Но самое главное — заниматься любимым делом. Именно это придает уверенность в себе и независимость, что привлекает всегда. А без этих составляющих, по моему мнению, девушка будет обычной, каких много, и для меня это неприемлемо.

**LF: Каким должен быть мужчина, чтобы вы обратили на него внимание?**

— У мужчины должна быть уверенная походка, серьезный взгляд и чувство юмора. Он — лидер в своем кругу общения. Харизматичен и умен. С твердой жизненной позицией. Мне нужен сильный мужчина, несмотря на то, что я сама девушка с мужской закалкой, с таким мужчиной я буду чувствовать себя хрупкой и буду нуждаться в защите. И, самое важное, он должен быть взрослым мужчиной, а не подростком, с которым нужно тратить время на разбор полетов.

**LF: Ваш идеальный мужской образ?**

— Бизнесмен, уверенный и самодостаточный. Молниеносно принимающий важные решения. Политик — отличный вариант, человек, умеющий управлять, всегда добьется успеха, как в карьере, так и в личной жизни. Ни в коем случае мужчина не должен быть творческой профессией, которую он ставит в основу всего дохода. Если это как хобби, то приемлемо — для души... Актер, модель, художник, музыкант — для меня не идеал... Таких мужчин я могу наблюдать только со стороны.

**LF: Продолжите фразу: Самое сексуальное в мужчине это....**

— Мозг! Это главное.

**LF: Ваш любимый киногерой, кто он? Почему он вам нравится?**

— Я не могу назвать себя киноманом, поэтому и о героях фильмов никогда не грезил. Я живу здесь и сейчас, но мечтать люблю, ведь каждая мечта сегодня — это наше завтра, я в это верю. Поэтому любимый герой — это герой моих будней, завоеватель моих мыслей, покоритель моего сердца, рыцарь в каждом поступке.

**LF: Быть красивой женщиной, — это сложно?**

— Красота — как зеленый свет светофора, она открывает дорогу к успеху. Но быть красивой скорее сложно, чем легко. Всегда нужно быть на высоте, а разрушать стереотипы «красивые — значит глупые» дано не каждой девушке, хотя я считаю, что у меня это отлично получается!

**LF: Я считаю, что важно иметь не только хорошие модельные параметры - очень важно иметь и красоту душевную, уверенность в себе и чувство востребованности.**

— Красивая — не значит совершенная во всем. Чего бы не добился в этой жизни человек — всегда есть к чему стремиться, совершенствоваться и чего достигать в будущем. Я не боюсь трудностей. Я знаю, что самолет взлетает против ветра... ✈

*В дальние, а также близкие поездки совсем не обязательно отправляться в компании. Но все же один компаньон у вас будет, и он должен быть абсолютно надежным. Предлагаем вашему вниманию трех новобранцев, которым вы можете довериться: ни один из них вас не подведет.*

# LEXUS GS350 F-SPORT

Если Lexus GS был настроен на комфортное передвижение «по воздуху», то новый Lexus — более драйверский. Внутри есть все, что причисляет седану бизнес-класса — достойная отделка, удобные кресла, у водителя — множество регулировок. Шумоизоляция на высоте. Даже спинки задних сидений специально не складываются, чтобы в салон не проникали посторонние шумы. Седан Lexus GS 350 AWD с 317-сильным мотором разгоняется до сотни за 6,3 с и потребляет 10,2 л бензина на 100 км. Бизнес-седан можно сделать еще

более злым и спортивным, благодаря пакету F-Sport. Внешне автомобиль выделяется измененными бамперами, решеткой радиатора, а также наличием спойлера и диффузора.

Кроме того, седан с пакетом F-Sport получает модернизированную подвеску, а также систему динамического управления и более мощные тормоза. Чтобы снизить поперечные крены, жесткость правых и левых амортизаторов может меняться. Полноуправляемое шасси позволяет сделать управление автомобилем более легким.





# SUBARU *XV*

Что такое Subaru XV? Это легендарная управляемость и не менее легендарный полный привод автомобилей Subaru Impreza. Плюс практичный обвес из некрашеного пластика и дорожный просвет целых 220 мм. Фирменная понижающая передача сохранилась только на бензиновом моторе мощностью 114 л.с. Двухлитровому оппозитному силовому агрегату тяги хватает и так. Этот 150-сильный мотор сочетается как с 6-ступенчатой «механикой», так и с вариатором, что удобно при движении в пробках. Автомобили Subaru всегда славились своей технической изощренностью — оппозитными

моторами, разнообразием систем полного привода. А также драйверскими повадками. Но теперь они прибавили и по части дизайна. Кроссовер XV — наверное, один из самых красивых автомобилей в модельном ряду японской марки. Отделка салона по-прежнему простая, зато верх передней панели теперь выполнен из мягкого пластика. Из минусов можно отметить разве что небольшой багажник. Но XV — автомобиль скорее для индивидуалистов, тех, кто желает чего-то необычного.



# AUDI A1 SPORTBACK

Дополнительные две двери облегчили жизнь пассажирам хэтчбека Audi A1. По сравнению с трехдверкой машина стала чуть выше и шире. Но длина и колесная база остались прежними. Объем багажника не изменился — все те же 270 литров. Помимо двух отдельных кресел для второго ряда можно заказать более вместительный трехместный диван. Ведь Audi A1 Sportback, в отличие от индивидуалистичной трехдверки, адресован тем успешным молодым людям, которые уже обзавелись семьей и детьми. Но несмотря на то, что потолок стал чуть выше, задние места будут впору лишь невысоким людям или детям. Да и дополнительные двери узко-

ваты. Пятидверка предлагается исключительно с бензиновым турбомотором 1.4 мощностью 122 л.с., тогда как для трехдверки доступно больше вариантов силовых агрегатов. Audi A1 Sportback оснащается либо 6-ступенчатой «механикой», либо роботизированной коробкой о семи ступенях. Робот хотя и дороже, но удобнее при движении в пробках. По динамике он схож с механической коробкой — разгон до 100 км/ч занимает 9 с. Но при этом роботизированная коробка чуть экономичнее в городском режиме.



# СОВСЕМ РУЧНОЙ

## АЛЬТЕРНАТИВА НОУТБУКУ

Ультратонкий проектор ViewSonic PLED-W200 – тонкое, компактное и легкое устройство, которое можно легко переносить из комнаты в комнату или брать с собой в дорогу. Габариты PLED-W200 – 130 x 126 x 32 мм, а вес – всего 420 г.

Проектор использует энергоэффективный светодиодный источник света со сроком службы более 20 000 часов. Это «зеленое» решение экономит деньги покупателей и помогает им ощущать свой вклад в поддержку экологии нашей планеты. Функция мгновенного включения и отключения позволяет быстро начать презентацию и отключить проектор, не дожидаясь, пока он остынет. Проектор PLED-W200 имеет яркость 250 лм, а это означает, что он значительно превосходит другие устройства в категории «карманных проекторов».

Проектор оснащен короткофокусной оптикой, что

позволяет демонстрировать большое изображение с небольшого расстояния. С расстояния всего 1 м модель PLED-W200 может проецировать на экран изображение с диагональю 40. Это превосходное решение для небольших переговорных комнат или просмотра видео в небольших квартирах.

Встроенный в проектор картридер для SD-карт емкостью до 32 Гбайт и средство просмотра файлов Microsoft Office/PDF позволяют демонстрировать файлы формата Word, Excel, PowerPoint, PDF и другие мультимедийные файлы прямо с карты SD. Чтобы провести эффектную презентацию, потребуется лишь проектор PLED-W200 и пульт управления к нему.

Проектор PLED-W200 доступен для заказа в России, по ожидаемой розничной цене 17500 руб. 

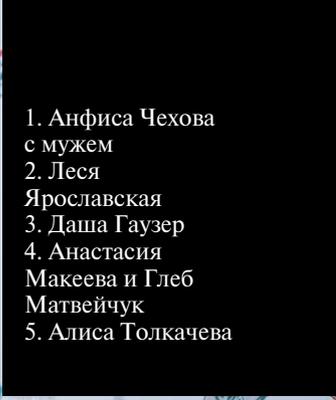
III международная выставка эксклюзивных товаров и услуг

# TOPLINE

Реализуй мечты

13-15 декабря 2012 года  
в МВЦ «Крокус Экспо»

[www.TL-topline.ru](http://www.TL-topline.ru)



1. Анфиса Чехова с мужем
2. Леся Ярославская
3. Даша Гаузер
4. Анастасия Макеева и Глеб Матвейчук
5. Алиса Толкачева



## УВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ВЫХОДНЫЕ ЛЕТА

23 и 24 июня в Москве, на территории ВВЦ, прошел первый семейный гастрономический фестиваль «7 континента» FEST EDAkov, который объединил всех любителей не только вкусно поесть, но и хорошо провести время в кругу друзей и близких. На тематических площадках Фестиваля все время проходили различные активности для взрослых и детей.



## ШАГ ВМЕСТЕ

19 сентября в клубе «Гусятникoff» состоялся показ новой коллекции осень-зима 2012 - 2013 российского дизайнерского бренда rget-a-porter «Майская роза» в поддержку благотворительного фонда «ШАГ ВМЕСТЕ», учрежденного актером и музыкантом Гошей Куценко. Как обычно, презентация новой коллекции «Майской розы» стала не традиционным показом, а настоящим театральным представлением, в полной мере раскрывающим идею коллекции: модели появлялись на подиуме на мотоциклах, в показе принял участие музыкальный коллектив Moon River, исполнивший попурри на тему рок-н-ролла 60-х и блюзовых композиций 70-х годов.

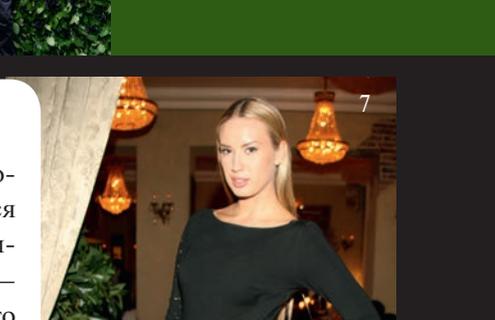
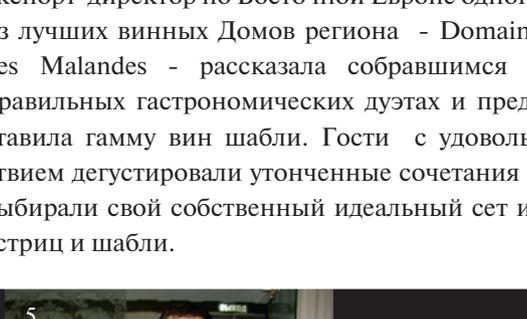
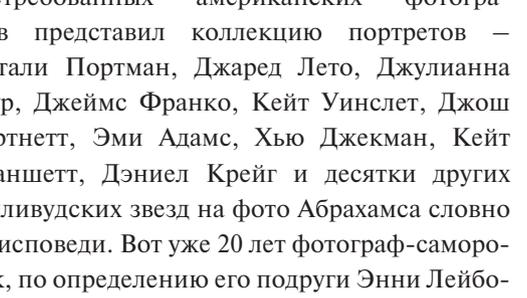


1. Модель во время показа
2. Гоша Куценко, Олеся Крапивка, Ева Ланская
3. Бренд Arts&Crafts на благотворительном маркете
4. Финальный выход моделей
5. Команда РУС-ЛАН (Официальный дилер Volkswagen в России)
6. Алина Войнова и Мария Меркулова

# JAGUAR SUMMER MUSEUM 2012.

## III ЭПИЗОД. МАРК АБРАХАМС

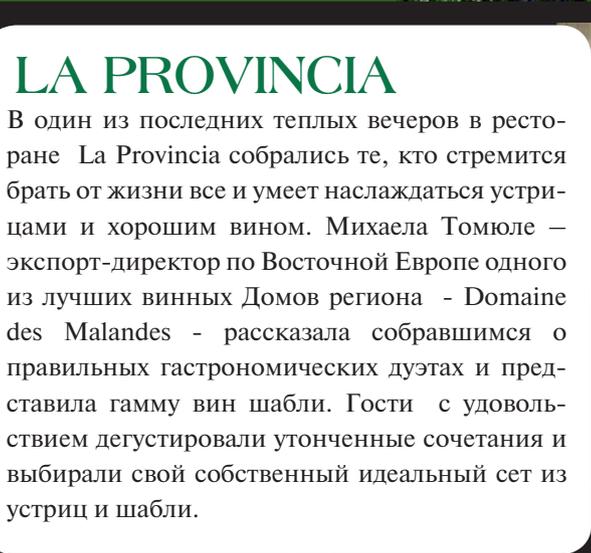
25 сентября в Столешниковом переулке в рамках заключительного эпизода JAGUAR SUMMER MUSEUM 2012 открылась ретроспектива Марка Абрахамса. Один из самых востребованных американских фотографов представил коллекцию портретов — Натали Портман, Джаред Лето, Джулианна Мур, Джеймс Франко, Кейт Уинслет, Джош Хартнетт, Эми Адамс, Хью Джекман, Кейт Бланшетт, Дэниел Крейг и десятки других голливудских звезд на фото Абрахамса словно на исповеди. Вот уже 20 лет фотограф-самородок, по определению его подруги Энни Лейбовиц, превращает суперзвезд обратно в людей и таким образом добирается до их сути.



1. Егор Бероев, Ксения Алферова, Федор Павлов-Андреевич
2. Даниил Федоров
3. Маша Цигаль
4. Митя Фомин
5. Елена Пантелеева, Юрий Сапрыкин, Алина Сапрыкина
6. Келлан Латс
7. Марк Абрахамс
8. Константин Андрикопулос
9. Алиса Толкачева
10. Ирина Хакамада, Антон Ланге

# LA PROVINCIA

В один из последних теплых вечеров в ресторане La Provincia собрались те, кто стремится брать от жизни все и умеет наслаждаться устрицами и хорошим вином. Михаела Томюле — экспорт-директор по Восточной Европе одного из лучших винных Домов региона - Domaine des Malandes - рассказала собравшимся о правильных гастрономических дуэтах и представила гамму вин шабли. Гости с удовольствием дегустировали утонченные сочетания и выбирали свой собственный идеальный сет из устриц и шабли.



1. Алимов Максим и Александр Кожин (La Provincia)
2. Оксана Устинова
3. Лянка Грыу
4. Елена Скрипникова и Михаула Томиле
5. Ирина Антоненко и Вячеслав Федотов
6. Екатерина Дробыш
7. Александра Серова



## Я И ЯПОНОЧКА

17 сентября в театре "А.Р.Т.О" бренд Fazer представил перформанс Федора Павлова-Андреевича "Я и японочка", созданный по мотивам "Бессонницы" Генри Миллера. Лицом перформанса, представленного в формате быстрого тетара, стал актер Сергей Шакуров. Сценографию постановки придумала и воплотила нью-йоркский художник Катя Бочавар. После спектакля гости отправились в посольство Финляндии, где помимо коктейлей и изысканных десертов на основе шоколада Fazer им предстояло насладиться мини-коллекцией скульптур, отлитых в шоколаде по мотивам работ современных финских художников, представленных в собрании главного музея современного искусства Хельсинки – KIASMA.



1. Пекка Рантала, Ханну Химанен, Карл Фацер
2. Виктор Ерофеев
3. Константин Андрикопулос
4. Сати Казанова
5. Светлана Конеген, Франко Морони
6. Татьяна Веденеева
7. Валерия Гай-Германика
8. Елена Ханга, Борис Ноткин
9. Алиса Толкачева, Влад Лисовец, Мария Кравцова



## ГОЛКОНДА

17 сентября Ювелирный дом "Голконда" и его хозяйка Татьяна Бутенко собрали своих клиенток и подруг на ставший уже традиционным чай в Фарфоровом зале «Турандот». Вечер был посвящен новинкам осенне-зимнего ювелирного сезона. А накопилось их довольно много. Линия Golconda Privee пополнилась целой коллекцией модных в этом сезоне украшений в виде кистей – были представлены вариации из жемчуга, изумрудов и сапфиров. Украшения с камнями поражали воображение своими сюжетами: от целующихся голубок до копии женского аллегорического образа Альфонса Мухи "Луна и звезды". Татьяна Бутенко удивила собравшихся, показав новое для Голконды имя турчанки Аиды Бергсен. В легкой атмосфере, обсуждая и примеряя ювелирные новинки, гости вечера угощались пирожными с чаем и шампанским Veuve Clicquot.



1. Татьяна Бутенко, Елизавета Бутенко
2. Украшения
3. Кристина Краснянская
4. Моника Радикати, Роя Сурдо
5. Снежана Георгиева и Кристина Краснянская
6. Оболенцева Надежда, Гинер Руслана, Максимова Оксана
7. Носова Надежда

## АУДИ

30 августа, во второй день работы Московского Международного Автомобильного Салона, инновационный стенд Audi посетили представители российской культурной элиты, спорта и шоу-бизнеса.

Представители Audi с удовольствием рассказали гостям о последних новинках: спортивных Audi S6, Audi S7 Sportback и Audi S8, а также о мировой премьере — обновленных Audi R8 Coupé и Audi R8 Spyder. Кроме того, на одном из самых больших стендов Московского Международного Автосалона гости смогли оценить по достоинству весь модельный ряд марки и, возможно, определиться с выбором автомобиля на будущее.



1. Айдан Салахова, художник
2. Алексей Глызин, певец
3. Константин Гайдай, дизайнер
4. Константин Цзю, боксер
5. Артем Ткаченко, актер



## БМВ И ГОЛЬФ

28 июля 2012 года элитный загородный комплекс Agalarov Golf & Country Club принимал финал российского этапа соревнований по гольфу среди любителей — BMW Golf Cup International 2012. 170 спортсменов сражались за звание чемпионов BMW Golf Cup International 2012 в трех категориях — двух мужских (гандикапные группы А и Б) и женской. Поддержка соревнований по гольфу несет в себе особый смысл для компании BMW, ведь гольф в полной мере отражает философию и основные ценности марки — стремление к лидерству, нестандартность мышления и высокую волю к победе одновременно с элегантностью, респектабельностью и приверженностью аристократическим традициям.

- 1, 5. Комплекс Agalarov Golf & Country Club
2. В черном поло Петр Кроншнабль, президент BMW Россия до 1 ноября 2012
- 3, 4. Участники соревнований



# TREASURES OF THE EARTH THOUSANDS OF RICE FIELDS

*Spa Life Russia is privileged to have the opportunity to speak with Brian Hathaway about the Dheva Spa at Mandarin Oriental Dhara Dhevi. Brian is the Director of Spa & Wellness at this world-class destination spa in Chiang Mai, Thailand.*



**TEXT: BILL HEALY**

**LS: You had come to Mandarin Oriental's Dheva Spa with an admirable background in high-end destination spas. Where has your spa[ & wellness journey taken you?**

Loaded question, I started my spa career by accident back in 1992 in Miami Florida. I had graduated University with a bachelors degree in Business and a bachelors in Sports Club Management. About 1 month after I started as the Director of Fitness at an exclusive Miami Resort, the Spa Director got very ill and I was asked to take on that operation as well.

The next 12 years were a blur working at 2 other prestigious spas in the USA, and 2004 I found myself as the Director of Spas for Four Seasons Resorts Bali Jimbaran Bay and Sayan. In 2006 I was promoted to senior Director of Spas over seeing the 22 spas Four Seasons Asia Pacific and then in 2009 expanded that role to add the 10 Four Seasons in the Middle East as well.

2011 proved to be a very challenging year for me as I moved

with my family to Cairo Four Seasons 55 days prior to the revolution and as a result I traveled 250 days and was away from my family.

I was asked by Andrew Gibson if I wanted to slow down and just focus on 1 property then Dhara Dhevi was available. Well, anyone who has been would know, I jumped at that offer!

**LS: The Dheva Spa a jewel within Mandarin Oriental, a group that's consistently recognized as one of the world's best hotel companies. What distinctions is the Dheva Spa particularly proud of?**

I would say several things: 1st it is a luxury travel destination and the spa is beyond any I have seen anywhere in the world. The architecture is beyond words, and no photo can do it justice. We are 3100 sqm spa with 18 treatment rooms. We have 3 on sight Ayurvedic doctors, so we are far more than your normal 5 star luxury spa with pampering treatments. We are an authentic wellness destination, with a proven track record for results oriented spa programs.



**LS: What is unique about the signature treatments and therapies at the Dheva Spa?**

Signature Ceremonies and treatments were inspired by old recipes and remedies from Thai temples. In Thai culture, the temple is the center of everything, from schooling to social meetings to spiritual practice. Thai people go to the temple to pray, attend important religious rituals, meet and to exchange knowledge with each other. Ancient wisdom regarding health, herbal medicines and massage were also preserved in the temples. Such knowledge was passed down from family to family and from generation to generation. Age-old ceremonies associated with philosophy and spiritual belief also reflected the ways of life of people in the past.

At the Dheva Spa, all Signature Ceremonies were developed from the traditional remedies and ancient beauty wisdom of Thai, Burmese, Indian and Chinese cultures. Each Ceremony is based on research and the effectiveness of treatments that have been proven over time.

Highlight: Lanna Ceremony, Royal Thai Ceremony and Indian Ceremony.

“ Lanna Ceremony”

The ceremony begins with an herbal footbath infused with fresh herbs and this is continued with an Oriental Body Glow, a popular skin remedy from Mandarin Oriental Thailand. Then Fang wrap is prepared to refresh and awaken the body for Lanna Massage.

**LS: Aside from the single-day treatments, the spa also provides longer term wellness getaways. What are some examples?**

The Dheva Spa and Wellness Center at Dhara Dhevi offers Holistic and Ayurvedic Wellness Programs that range from 3 to 21 days.

Ayurveda is an important holistic approach offered at The Dheva Spa and Holistic Center. A health consultation lays the foundation for your journey of well being at The Dheva Spa. Our Ayurvedic experts excel in diagnosing guest’s

body type individually. Complimentary in-depth health consultation, Ayurvedic treatments and healthy Thai food selection is offered. The life style program includes fitness, yoga and meditation offered to guests under the close guidance of skillful therapists and Ayurvedic specialists who specialize in spiritual sciences as well. Authentic Ayurvedic therapies with herbs and oils form the core of the treatments.

Our Ayurvedic Program consists of key elements as follows:

- Person Based – respecting each person’s uniqueness and reflecting it in your health program.
  - Transformative - a change in the frames of reference you may have. This change may include points of view, eating habits and emotional responses to life situations.
  - Integrated Approach – updating procedures and including complementary methods to meet current health challenges.
  - Flexibility – helping you find your balance at your own pace.
  - Tangible Benefits- experiencing essential health progress i.e. sound sleep, increased mobility in joints, improved bowel movements and renewed energy.
- For chronic disorders, longer duration Ayurvedic programs are available. All programs are highly personalized. Offered below are sections that may be included in your program.
- Consultations and specialized treatments
  - Therapeutic body treatments
  - Head therapies
  - Skin therapies
  - Vibrational Therapies
  - Breathing and Stretching Exercises

A concise and personalized health plan will be developed for you covering: diet, exercise, rest, relaxation and lifestyle 🌿



# РАСПРОСТРАНЕНИЕ

## АЭРОПОРТЫ:

Бизнес-зал «Домодедово»  
Бизнес-зал «Шереметьево»

## АВИАЛИНИИ:

На борту бизнес-класса авиакомпании  
«Аэрофлот»  
(Женева, Цюрих)

## БАНКИ:

Сбербанк  
Банк «Тинькофф»

## ОТЕЛИ:

Agarat Park Hyatt Moscow  
Imperial Park Hotel & SPA  
Hotel Baltshug Kempinski Moscow  
Le Méridien Moscow Country Club  
Lotte Hotel Moscow  
Radisson Royal Hotel Moscow  
Swissotel Krasnye Holmy Moscow  
SHERATON  
Гостиница «Националь»

## РЕГИОНЫ:

г. Санкт-Петербург,  
«Taleon Imperial Hotel»

## SPA И WELLNESS ЦЕНТРЫ:

Asia Beauty Spa  
Algoterm  
First Spa  
Mandara SPA  
Purovel Spa & Sport  
Salon&spa beauty studio Guerlain  
Spa Palestra  
TaiRai Massage&SPA  
Telos beauty  
TretyakovSpa  
Sky Club  
Well Hall  
Wellness-центр Чистые пруды  
Wellness клуб Венеция  
Салон Red Lodge

## Салон BOTANIC

Салон красоты Lanna Kamilina  
Покрова Спа Москва

## Трежолы

Салон Театро  
Салон Шелк

## МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ:

Клиника «Мать и дитя»  
Перинатальный медицинский  
центр на Севастопольском  
ГрандКлиник

## МАГАЗИНЫ:

Ювелирный дом Alexander Arne,  
Дом жемчуга Ksenia Podnebesnaya  
(Pearl House Japan)

## РЕСТОРАНЫ И КАФЕ:

Kalina Bar  
«Недальний Восток»  
«Эль Гаучо»  
«Чайхана»  
«Тан»  
«ASADO tango grill»  
«Горки»  
Vogue café  
Ginza Project Москва:  
«Дом Карло»  
Sixty, SUSHI BABA  
«Килим»  
«Вермишель»  
The Сад  
«Карлсон»  
«Тинатин»  
Фиалка в сахаре  
Керосинка  
Leps Bar  
«Куршевель»  
«Твербуль»  
BlackBerry Café  
«Эларджи»  
«Балкон»  
«Боно»

## Cup&Cake

«Денди кафе»

## А ТАКЖЕ:

На борту Яхт «Фердинанд» Radisson  
Royal Hotel  
Бизнес-центры класса А  
Элитные коттеджные поселки  
и жилые комплексы  
Адресная рассылка



## ВЕБ-САЙТ:

[lifespa.ru](http://lifespa.ru)

## ПАРТНЕРЫ:

Tretyakov SPA • ОАО «Аэрофлот» • ОАО «Сбербанк» • Банк КБ «Тинькофф» • KWest Hotel&Spa • AcqualinaResort&Spa  
• Aurora Diamond Club • British International Association (BISA SPA) • Ювелирный дом Alexander Arne • SPA-клуб Лисья Нора

III международная выставка эксклюзивных товаров и услуг

# TOPLINE

Реализуй мечты

13-15 декабря 2012 года  
в МВЦ «Крокус Экспо»

[www.TL-topline.ru](http://www.TL-topline.ru)



# Болонья

## Новое направление с 01 сентября ежедневно

Аэрофлот приглашает Вас на борт лайнера, выполняющего рейс по новому ежедневному маршруту Москва-Болонья. Мы будем рады позаботиться о Вашем комфорте, чтобы каждая минута, проведенная с нами, оставила у Вас самые приятные впечатления. Благодарим за выбор нашей авиакомпании. И желаем Вам комфортного полета.