



Thermana & Veda
Центр Аюрведы Лашко



THERMANA
Laško

Аюрведа – Ваш путь к хорошему самочувствию!

Аюрведа - наука о жизни (Аюр означает “жизнь” и Веда означает “наука”). Это древняя медицинская наука появилась в Индии тысячи лет назад. Речь идет о методах поддержания здоровья и лечении болезней с помощью процедур, массажа, лекарственных трав, соответствующих диет и физических упражнений.

АЮРВЕДА, ЧТО ЭТО ТАКОЕ

Аюрведическая медицина заключается в особом подходе не только к лечению заболеваний, но и к изучению отношения человека к своему телу и душе, что зависит от взгляда на жизнь. Отношение человека к телу и душе включает в себя следующее:

- Очищение (Панчакарма)
- Соответствующие диеты
- Йога
- Процедуры с лекарственными травами и массаж
- Медитация и молитва

Все физические и психо-духовных функции в организме человека осуществляются с помощью трех основных субстанций, называемых доши: Вата – ветер, энергия движения (сочетание первоэлементов воздуха и пространства), Питта – желчь, энергия обмена веществ, преобразования материи в энергию (сочетание первоэлементов огня и воды) и Капха – слизь (состоит из первоэлементов воды и земли). Когда эти доши находятся в равновесии, мы здоровы.

Таким образом, Аюрведа лечит человека на основе целостного подхода: учит его, как жить в гармонии с природой, а также помогает ему вести здоровый образ жизни. Она охватывает все аспекты здоровья и гармонизирует физическое, психическое, эмоциональное и духовное благополучия.

АЮРВЕДА В ТЕРМАНЕ ЛАШКО

Предложение нашего Велнес СПА центра было дополнено открытием аюрведического центра Термана и Веда. Богатое разнообразие наших аюрведических процедур и программ предлагают вам специалист в области аюрведической медицины, опытные индийские врачи, тренер йоги и шеф-повар компании Веда из южного индийского штата Керала, который является колыбелью и центром аюрведы во всем мире. Наша команда будет консультировать Вас по вопросам здорового образа жизни, и вместе вы будете выбирать наиболее подходящие программы и методы лечения для Вас.

Добро пожаловать в наш аюрведический центр Термана и Веда! Наш аюрведический центр предлагает вам более гармоничную жизнь, объединяя тело, чувства, дух и разум, и ведет вас к здоровому образу жизни.





АЮРВЕДИЧЕСКАЯ ДИЕТА

В Аюрведе, диета считается основным элементом в поддержании баланса в организме. При правильном сочетании количества еды и жидкости, а также время суток, когда они потребляются, вы можете сохранить ваш внутренний баланс или даже устранить дисбаланс, который вы приобрели в период, когда вели нездоровый образ жизни. Вместе с нашим индийским шеф-поваром мы будем обновлять наше кулинарное предложение и готовить пищу в соответствии с аюрведическими принципами.

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ТЕРАПИИ

Все процедуры в нашем аюрведическом центре Термана и Веда основаны на традиционных аюрведических методах, индивидуальном подходе и целостном лечении. Терапии строятся на основе вашего типа доши (Вата, Питта, Капха).

Пижичил (60 Мин)

Пижичил является одной из немногих по-настоящему специальных терапий из индийского штата Керала. Два или четыре массажиста массируют ваше тело теплым растительным маслом. Эта процедура проводится на специальном столе, сделанном из цельного куска древесины индийского дерева Стрихнос Нукс-вомика. Это лечение очень эффективно при ревматических заболеваниях, таких как артрит, паралич, гемиплегия, а также болезни Паркинсона, половой слабости, нервной слабости и нервном расстройстве.

Ньяваракижи (60 Мин)

Лечебные свойства этого метода проявляются в момент потоотделения, которое достигается применением специальных лекарственных кремов в форме болюсов, завязанных в мешочки. Мы рекомендуем это лечение страдающим от всех видов ревматизма, болей в суставах, истощенности конечностей, высокого кровяного давления, высокого уровня холестерина и некоторыми видами мышечных заболеваний (атрофия).

Сиродхара (40 Мин)

«Сира» означает «голова» и «Дхара» - «непрерывный поток жидкости». Во время этого лечения, специальная техника применяется для розливания растительного масла на лбу около 40 минут. Эта процедура используется в основном для лечения бессонницы, потери памяти, головной боли, психического напряжения и некоторых кожных заболеваниях.



АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ТЕРАПИИ

Васи (60 Мин)

Васхи - это терапия, в ходе которой выбранные растительные масла и растительные экстракты вводятся через прямую кишку в организм каждый день в течение 5-25 дней. Это лечение является эффективным в лечении артрита, паралича, гемиплегии, онемения, при желудочных проблемах, ревматизме, хроническом запоре.

Широваси (40 Мин)

Определенные теплые настойки трав на масле наливают в специальный колпачок установленный на вашей голове. Мы очень рекомендуем это лечение тем, кто страдает от лицевого паралича, сухости ноздрей, рта и горла, сильных головных болей и других заболеваний головы.

Удвартанам (40 Мин)

Эта процедура известна как порошковый массаж. Очень эффективна при лечении ожирения, гемиплегия, паралич, заболевания кожи, нарушение кровообращения, и подобные Капха заболеваний. Во время этого лечения два терапевта наносят различные виды травяного порошка на ваше тело необычным способом.

Абхиньям (45 Мин)

Это особый тип масляного массажа. Массажные удары производятся в соответствии с системой циркуляции крови. Настоятельно рекомендуется при ожирении, потеря блеска кожи, бессоннице, усталости и других Вата заболеваний, связанных с Вата заболеваниями.

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ТЕРАПИИ

Насьям (60 Мин)

Насьям является одним из »Панчакарма« терапий. Травяные соки, лекарственные масла и другие вещества вводятся через нос. Эта процедура весьма эффективна при лечении некоторых видов головных болей, паралича, умственных расстройств, некоторых видов кожных заболеваний и т.д.

Снехапанам (60 Мин)

Это слово буквально означает »пероральный прием лекарственного масла или масляных препаратов«. Это делается в качестве терапевтической процедуры или же в качестве подготовительного этапа в процессе подготовки организма к очищению. Во время этого лечения лекарственные или топленые масла вводят внутренне пропорционально увеличивая количество на протяжении 8-12 дней. Процедура чрезвычайно эффективна в лечении остеоартрита, псориаза, хронических запорах, геморрое и т. д.

Кижжи (45 Мин)

Травяные листья или порошки в форме болюсов, погружаются в теплое лекарственное масло и наносятся на все тело или только определенные части. Это лечение очень эффективно при лечении остеоартрита, спондилеза, спортивных травм, и т.д.

Кативасхи (45 Мин)

Во время этого лечения специально приготовленное теплое лекарственное масло наливается в травяной конверт, закрепленный на нижней части спины. Лечение длится 45 минут и рекомендуется для лечения любых видов боли в спине и проблемах с позвоночником.



АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ТЕРАПИИ

Уровасхи (45 Мин)

Теплые лекарственные масла растираются на груди, и действуют в течение 45 минут. Эта процедура рекомендуется для лечения астмы и других заболеваний дыхательных путей, а также болезней сердца и мышечной боли в груди.

Обновляющий массаж (90 Мин)

Травяные масла и травяные порошки наносятся на все тело, затем делается массаж и руками, и ногами. Этот массаж восстанавливает ваш организм. Массаж снижает психическое напряжение, лечит половую слабость и повышает жизненный тонус.

Аюрведический массаж (60 Мин)

Массаж тела с травяным маслом и травяным порошком делается руками. Это тонизирует ваше тело и улучшает кровообращение.

Лекарственная Паровая баня (10 Мин)

Некоторые бесценные лекарственные листья и травы отвариваются, и паром осторожно массируется ваше тело в течение 10 минут. Настоятельно рекомендуется для некоторых видов кожных заболеваний, устранения шлаков из организма, тонизирования тела, уменьшения жира и т.д.

Ежедневная консультация со специалистом Аюрведы (15 Мин)

Первичная и заключительная консультация со специалистом Аюрведы (50 Мин)

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ

Все Аюрведические программы с пребыванием в отеле Велнес Парк Лашко****Супериор включают:

- Размещение в двухместном номере “Стандарт”.
- Полный пансион на основе индивидуального аюрведического-плана диеты.
- Аюрведический травяной чай в нашем ресторане.
- Первичная и заключительная консультации со специалистом Аюрведы.
- Ежедневные консультации со специалистом по Аюрведе.
- Аюрведические пищевые добавки во время лечения.
- Составление индивидуального плана лечения и диетического плана в отношении вашей доши.
- 1-2 терапии ежедневно, как советовал наш специалист по аюрведе.
- Неограниченный вход в наши бассейны и сауны.
- Посещение фитнес-студии.
- Наши фантастические оздоровительные и развлекательные программы.



Аюрведа Детоксикация (7 или 10 ночей)

Программа очищения – это серия процедур, стимулирующих активное удаление вредных веществ из организма. Эти токсины могут быть причиной возникновения многих заболеваний. Наша уникальная программа детоксикации поможет вашему здоровью. Одним из требований программы очищения является потребление питательных веществ высшего качества, таких как витамины, минералы, аминокислоты, белки, углеводы, жиры и вода. Наш центр Аюрведы Тхермана и Веда предлагает изменить ваш рацион и добавить лечебные питательные вещества в виде порошков, лекарственных средств и / или капсул, и т.д. Кроме того, «тихие» виды деятельности, такие как молитва, медитация, и медленное диафрагмальное дыхание, одинаково важны для успешной детоксикации.

Похудение с Аюрведой (14 ночей)

Основными причинами ожирения или избыточного веса является чрезмерное потребление еды, нерегулярное питание, пренебрежение диетическими правилами, такими как правильное сочетание различных видов пищи в один прием пищи, и т.д. Ожирение - это состояние, при котором излишний жир накапливается в жировых тканях. Эта программа, разработанная нашими специалистами центра Аюрведы ТХЕРМАНА и ВЕДА, научит вас важным принципам питания, составит диету и изменит образ жизни.

Аюрведическая программа обновления (7 и 10 ночей)

Программа обновления Панчакарма базируется на увеличении физической мощи и очищении сознания. Это поможет всем, у кого напряженный график работы, кто чувствует себя истощенным физически и психически. Программа обеспечит особое питание, повышение иммунитета, и позволит привести в порядок ваше тело и сознание. Йога и медитация являются обязательными мероприятиями этой программы. Это обновляющая программа, разработанная нашими специалистами центра Аюрведы ТХЕРМАНА и ВЕДА, полностью основана на принципах Аюрведы, древнейшей медицинской системы.

Аюрведическая антивозрастная программа (7 и 10 ночей)

Наука о продлении жизни, также известная как антивозрастная медицина, экспериментальная геронтология и биомедицинская геронтология - это наука, которая изучает преостановление процессов старения, возможности омоложения, и, следовательно, продление максимальной и средней продолжительности жизни. Наш Аюрведический центр ТХЕРМАНА и ВЕДА предлагает вам новый, революционный метод лечения и продления жизни по Аюрведе с успешным результатом от 40% до 60%, в зависимости от возраста, в котором вы начинаете жить по нашим методам. Соотношение между различными силами определяет фактическую скорость старения. Таким образом, следует увеличивать силы антистарения, в то время как процессы старения должны быть заторможены.

Аюрведическая программа против «выгорания» (2, 3, 5 ночей)

В настоящее время большинство из нас страдают от стресса, который стал неотъемлемой чертой современного образа жизни. Непринужденный образ жизни предыдущих поколений забыт. Мы живем во времена будильников, пробок по дороге на работу, срочных проектов и конфликтов на рабочих местах. Кроме того, есть еще и культура «быстрого питания», огромное количество кофе и других напитков с кофеином, высокий уровень городского шума, загрязнения воздуха, а также пассивное (или даже активное) курение, ночные работы, и ранний подъем. Поэтому неудивительно, что иногда мы чувствуем себя опустошенными, сгоревшими. Последнее, но не менее важное, мы живем во времена политических и экономических изменений, потрясений и неопределенностей, которые оказывают на нас особое давление. Вот почему наши специалисты аюрведического центра ТХЕРМАНА и ВЕДА предлагают Вам аюрведические программы релаксации.



АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ

Йога & Медитация (2, 3, 5 ночей)

Йога и Аюрведа неразрывно связаны. Если соединить йогу и аюрведу, польза для здоровья увеличится. Эти два учения являются частью древней индийской традиции. Вместе йога и аюрведа сформируют целостный подход к обеспечению оптимального здоровья, увеличению жизненной силы и увеличат вашу осведомленность. Наши специалисты аюрведического центра ТХЕРМАНА и ВЕДА предлагают Вам эту уникальную программу, которая включает в себя широкий спектр дыхательных упражнений.

Красота в стиле Аюрведы (2, 3, 5 ночей)

Не беспокойтесь по поводу морщин, родинок и других знаков тела, которые портят вашу внешность. Они могут быть удалены с помощью процедур, основанных на последних аюрведических процессах красоты. Таким образом, мы можем помочь Вам построить Вашу индивидуальность! Наши специалисты центра ТХЕРМАНА и ВЕДА предлагают вам некоторые из самых популярных аюрведических процедур красоты.



ДЛЯ СЕБЯ

Hotel Wellness Park Laško****Superior

Zdraviliška cesta 6, 3270 Laško, Slovenia

Информация и бронирование

+386 3 423 2200

info@thermana.si

www.thermana.ru

	km
Целье - Лашко	10
Марибор - Лашко	70
Любляна - Лашко	85
Загреб - Лашко	95
Триест - Лашко	156
Вена - Лашко	294





Thermana & Veda

Центр Аюрведы Лашко



THERMANA

Laško



WELLNESS PARK LAŠKO

Thermana d.d, Zdraviliška cesta 6, SI - 3270 Laško | www.thermana.de | info@thermana.si | +386 3 423 20 00



I FEEL
SLOVENIA

