



RECHARGE

Продолжительность: 3 дня/2 ночи или 5 дней/4 ночи

Сделайте глубокий вдох, отпустите напряжение и восстановите силы – программа Recharge вернет Вам внутреннее равновесие. Подарите себе передышку, избавьтесь от стресса при помощи восстанавливающих процедур и пусть забота о хорошем самочувствии станет Вашей привычкой в повседневной жизни.

Восстановление начинается с осознанной паузы. Программа Recharge состоит из эффективных методик работы с телом, ментального расслабления и практик концентрации.

Цель программы – помочь Вам вернуть ясность мышления, хорошее физическое состояние и восстановить эмоциональный баланс.

Чего ожидать:

- Укрепление эмоционального и ментального баланса
- Улучшение физических кондиций
- Целенаправленное снижение стресса
- Получение удовольствия от процедур и восстановление сил

Ваша программа

	3 days / 2 nights	5 days / 4 nights
• Ароматический массаж	1	1
• Сеанс йоги	1	3
• Массаж чакр «Внутренний баланс»	1	1
• Массаж с тибетскими поющими чашами	1	1
• Сеанс ухода за лицом – регенерация от Dr. Joseph	-	1
• Массаж Lomi Lomi Nui	-	1
• Тренинг осознанности	-	2
• СПА-ритуал haki® Purna – мягкое растяжение мышц всего тела	1	2
Стоимость программы в расчете на одного человека. Проживание оплачивается дополнительно	CHF 1'250	CHF 2'700