

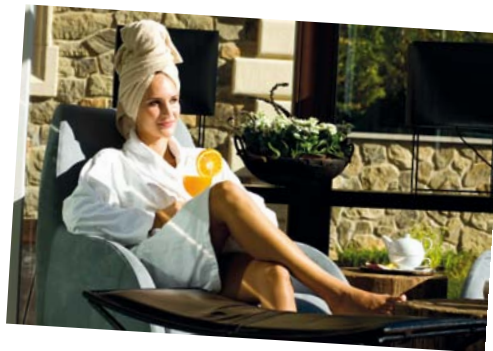
Luhačovice

Wellness & spa hotel Augustiniánský dům ****s

Magnetom pre návštevníkov najväčších a najznámejších moravských kúpeľov, ktoré sa pýšia parkmi so zaujímavou kúpeľnou architektúrou, sú liečivé pramene. Spolu ich je šesť, svetovo uznávaná Vincentka vyniká vysokým obsahom liečivých minerálov. Významné kúpeľné centrum ponúka bohaté možnosti aktívneho oddychu a kultúrnych zážitkov: hudobné festivaly, koncerty, novinky v Lázeňskom divadle, športové aktivity – tenis a golf, jazda na koni či vychádzky do okolitej prírody.

Hotel Augustiniánský dům **** superior je zasadený do malebnej atmosféry tradičného vidieka a v kombinácii s moderným dizajnom na návštevníka zapôsobí mimoriadne príjemným a luxusným dojmom. Novo zrekonštruovaný hotel maximálne dbá na pohodlie hostí, poskytovaným komfortom pripomína moderný francúzsky vidiek. Prostredie navodzuje atmosféru, akoby sa za oknami už-úž mali objaviť alpské končiare... Jedálny lístok reštaurácie Symfónia ponúka jedlá regionálnej

i medzinárodnej kuchyne a zároveň využíva aktuálnu sezónnu ponuku počas celého roka. Hostom chuti aj inšpiratívne menu, v ktorom šéfkuchár Peter Baboľ odporúča skladbu jedál tak, aby boli jednotlivé chuťové odtiene v dokonalej rovnováhe. Wellness centrum predstavuje luxusný areál solných a mentolových parných kúpeľov, bylinkovú a finsku saunu, bazén, whirlpool, masážne sprchy a meditačnú miestnosť. Špeciálna ponuka relaxačných a skrášľovacích masáží celého tela i tváre je mimoriadne bohatá a skutočne si je z čoho vyberať.



Odporúčame horúcu novinku
Beauty procedúra na odstránenie celulitídy obsahuje piling kakaovým práškom, špeciálnu bylinkovú masáž a zábal z troch druhov čajov. V ponuke sú wellness procedúry, ktoré využívajú najnovšie svetové trendy, ako aj originálne procedúry – Augustiniánska masáž či masáž svätého Tomáša.

Tunisko

Thalassoterapia ako elixír

Špeciálny wellness vám namixujú iba v Tunisku. Súčasťou je zázračný elixír – thalassoterapia.

Ak si to chcete užiť plnými dúškami, vyberte si niektoré z oblastí v Hammamete či Mahdii (tuniský Karibik!), pretože v hoteloch uprostred pestovaných záhrad a priamo na plážach nájdete relax, zábavu i rozptýlenie v balení rozprávok z Tisíc a jednej noci. Účinky thalassoterapie, čiže liečby morskou vodou (solou, bahnom, riasami, pieskom) využívali aj Rimania, a tí o pôsobení morskej vody vedeli svoje. Kúpele považovali za vrcholný pôžitok, ktorý dotiahli do dokonalosti.

Na rozdiel od wellness pobytu je potrebné absolvovať odbornú konzultáciu, pri ktorej vám lekár odporučí najvhodnejšie a najúčinnnejšie druhy masáží a kúr. Obvykle ide o tri procedúry denne, ktoré môžete skombinovať s príjemným relaxom na pláži.

A je tu ďalší elixír zdravia, krásy a mladosti – parný kúpeľ, čiže turecký hammam. Piling, zábal z morských rias, pobyt v bazéne s vírivkou... Plus príjemná hudba, šálka rozvoňavajúceho čaju a masáž, ktorá vám zráta všetky hodiny pri počítaní a zázračne uvoľní chrbticu i svaly. Ešte váhate? Ja teda nie!

M. Turisová



Opäť siahame po múdrosti a zásadách najstaršej liečebnej metódy

Zázraky ajurvédy

Najstaršia veda stará viac ako päťtisíc rokov má pôvod v Indii, ktorá v tomto období patrila medzi najrozvinutejšie a najbohatšie civilizácie. Z poznatkov čerpala Čínska medicína, ktorá ju rozšírila do ďalších oblastí. Bola súčasťou starých vied, systému, ktorý spájal jogu, meditáciu i astrológiu. Základom je aju a veda, čiže dĺžka života a poznanie. Vedu, ktorá ctí prírodu a prírodné zákony, uznala ako účinný medicínsky systém aj Svetová zdravotnícka organizácia. Založená je na komplexnom poznaní človeka – tela i duše – a nerieši len následky, ale príčiny. A tak v súvislosti s civilizacími ochoreniami a hektickým životným štýlom opäť siahame po múdrosti a zásadách najstaršej liečebnej metódy. Každý z nás má svoj energetický vzorec, niečo ako energetické DNA, ktorý tvorí našu konštitúciu. Ovplyvňuje ju mnoho faktorov v genetickej výbave,

k nim prirátajme tie, ktoré na nás pôsobia a narušujú prirodzenú rovnováhu. Ak ich spoznáme a vieme s nimi pracovať, máme šancu uchovať si alebo získať zdravie, spokojnosť a šťastie. Rovnováha je prirodzená, narušením prirodzenosti je nerovnováha – čiže choroba.

Ajurveda nám pomáha pochopiť prirodzené zákony, ktoré podmieňujú naše fyzické a duševné zdravie. A naučiť sa umeniu žiť.

Marta Turisová

Poznačte si do diára

Ste pracovne vyťaženi a zaneprázdnení?

Skombinujte si voľné dni a doprajte si s CK SATUR predĺžený wellness víkend! Termíny, ktoré si určite nenechajte ujsť:

Sviatky a dni pracovného pokoja
6., 9. apríl, piatok, pondelok, Veľkonočné sviatky

1. máj, utorok, Sviatok práce

8. máj, utorok, Deň víťazstva nad fašizmom

5. júl, štvrtok, Sviatok sv. Cyrila a Metoda

29. august, streda, výročie SNP

1. november, štvrtok, Sviatok všetkých svätých

24., 25., 26. 12., pondelok, utorok, streda, Vianočné sviatky

Wellness v exotike s CK SATUR má tisícky výrazných farieb, chutí a vôní



Umenie žiť na Srí Lanke

Perla Indického oceánu, ostrov čaju, kvapka visiaca z južného cípu indického kontinentu, smaragdové vrchy porastené tropickou vegetáciou na juhozápade a zlatisté pláže na pobreží, kde sa ráno vracajú rybári s úlovkom. Sýtozelené čajové plantáže s farebnými bodkami domorodých žien v sári... Budhistické a hinduistické chrámy a kláštory, Sri Dalada Maligwa v Kandy so vzácnymi relikviami. Päť jaskynných chrámov v Dambulle so 14 m vysokou sochou ležiaceho Budhu, posvätné mestá a jedinečné prírodné rezervácie, mnohé zapísané v zozname Unesco. Súčasťou histórie i súčasnosti Srí Lanky je ajurveda, ktorá priťahuje na ostrov tých, čo sa chcú naučiť umeniu žiť.

Náš tip
Negombo, Jetwing Ayurveda Pavillons ****+

Intímne pôsobiaci ajurvédsky hotel na západnom pobreží Srí Lanky v unikátnom meste Negombo je vďaka nádherným plážam známy aj ako Golden Mile. Možnosti nákupov, reštaurácie a bary sú vzdialené 1 km, centrum exotického mesta 12 km. Atraktívny rezort len 150 m od pláže ponúka ideálny spôsob oddychu a relaxácie prostredníctvom terapie, meditácií, v pokojnom a intímnom prostredí. Vybavenie a služby sú prispôbené potrebám klientov. Vybrať si môžete jednu z dvanástich

komfortných vil usporiadaných okolo bazéna s privátnou záhradou, posedením, masážnym lôžkom, polootvorenú kúpeľňu s vaňou pod holým nebom, sprchou, WC, sušičom na vlasy, telefónom, satelitným televízorom, rádiom, minibarom, ventilátorom i klimatizáciou.

Stravovanie predstavuje americké raňajky, obed a večera výber z menu. Všetky jedlá sú pripravené podľa ajurvédskych receptov, menu zostaví lekár špeciálne podľa vašich potrieb.

Cena zahŕňa leteckú dopravu z Viedne, 7x ubytovanie s plnou penziou, transfery, delegáta partnerskej CK, už od 976 eur.

Jedz, modli sa, miluj – na Bali

Exotická ostrovná ríša, jeden z najobľúbenejších ostrovov Indonézie, impozantná zmes prírodných zaujímavostí, ľudí, náboženstiev a histórie. Monumentálne sochy božstiev, tradície a kultúra – budú vás sprevádzať takmer na každom kroku. Ostrov „bohov a démonov“ v tradičných ceremóniách, fascinujúcich predstaveniach a tancoch je ostrovom sviatkov, osláv a radosti zo života.

V krajine, kde si užívala zázračne prosté radosť aj hlavná predstaviteľka sfilmovaného bestselleru Jedz, modli sa, miluj, Julia Roberts, by ste mali vidieť a zažiť:

Jimbaran – jedna z najkrajších pláží na Bali, kde sa každé ráno koná rybí trh a pýši sa najlepšimi miestnymi reštauráciami s morskými špecialitami, ovocím a zeleninou. Atraktívne stredisko **Nusa Dua** s nákupnou štvrtou a golfovým ihriskom. Jedno z najstarších stredísk ostrova Sanur, mix tradičnej kultúry s turizmom západného sveta. Nádherná, palmami lemovaná pláž s jemným vstupom do mora je ideálna aj pre rodiny s deťmi.

Magický svet balijských bohov a umenia plasticky zobrazuje **Ubud** – svetoznáme centrum balijského umenia, východ Bali priťahuje netopierou jaskyňou **Goa Lawah** a unikátnymi striebornými dielňami v **Celuku**. Skutočným zážitkom je aj návšteva hlavného mesta **Denpasar** s chrámami, svätyňami a pulzujúcim nočným trhom.

Ponuka hotelov a rezortov je kráľovskú bohatá: s modernou i tradičnou architektúrou alebo ich mixom, apartmány, vily, suity, bungalovy priamo na plážach v Jimbarane, Nusa Dua, Tanjung Benoa... No a bol by skutočný hriech nevychutnať si jedinečný wellness s masážami z exotických ingrediencií a surovín, ktoré rastú na Bali – mango, pomelo, kakaovník, kávoovník, vanilka...

Náš tip

Nusa Dua, Meliá Bali Villas & Spa Resort **s**

Luxusný areál hotelového komplexu leží v nádhernej tropickej záhrade. Nechýbajú izby pre rodiny s deťmi, vily v palmovej záhrade majú vlastný bazén, záhradu, terasu, kúpeľňu s vonkajšou sprchou, suity priamy vstup do lagúny a ďalšie špeciálne služby. **Cena zahŕňa leteckú dopravu z Viedne, 7x ubytovanie s raňajkami, transfery, delegáta partnerskej CK, už od 947 eur.**

Joga v Goa

Telo i dušu si dokonale očistíte na tých najspirituálnejších miestach, v kolíske ajurvédy a jogínskeho umenia. Známe jogové centrum v Goa je miesto, kde zaženie každodenný stres, vyličíte si boľavú chrbticu i dušu, stratíte pár kilogramov i rokov...

Patnem Beach je najjužnejšie obývaná goanská pláž s bambusovými chatkami a reštauráciami, bez akéhokoľvek kamennej stavby. Chatky ukryté v tieni paliem však môžete vymeniť aj za luxusné bungalovy. Magnetom sú východy a západy slnka na pláži, grilovanie čerstvo ulovených morských plodov a k tomu pozorovanie delfínov z terasy bungalovu. Telo, kľby a svaly si pretiahnete a myseľ dokonale očistíte priamo na pláži s kvalifikovaným učiteľom jogy. Program je na pohľad stereotypný, no účinky viditeľné: ranné cvičenie, voľno, obed, voľno, večerné cvičenie. Absolútne čerstvé a zdravé jedlo – ryby a morské plody, zdravé šaláty a chutné indické špeciality. Pobyt zameraný na očistu a harmóniu tela a duše si môžete rozšíriť o poznávací pobyt v Hampi v susednom štáte Karnataka so starobylými palácami a chrámami.

M.T.