

TATLER

WELLNESS
& TRAVEL

2019

54

ЛУЧШИХ
ОТЕЛЯ
МИРА

ГДЕ МОЛОДЕЮТ
СВЕТЛАНА
БОНДАРЧУК
И ДРУГИЕ
ГЕРОИ
«ТАТЛЕРА»

СЧАСТЛИВЫЙ
БИЛЕТ





На инспекции
спа-центров
Монте-Карло.

«**Н**е сдавайся!» — прикрикнул, хотя нет, заорал на меня, обессиленную, мой проводник на подступах к вершине Килиманджаро. Тогда, чтобы хорошенько прочистить голову, мне позарез нужен был подвиг. Подвиг сделал свое дело: в Москву я вернулась уже другим человеком, с кристально чистой головой и готовой не просто покорять — сворачивать горы.

В разные периоды жизни нам нужны разные виды перезагрузки. Я бездельничала в тосканских термах, гонялась с аквалангом за мантами и леопардовыми акулами на Мальдивах, ставила китайские иголки на итальянском велнес-курорте, согревалась грязями Мертвого моря и дышала альпийским воздухом в швейцарских спа. Работая над первым в истории российского «Татлера» приложением,

посвященным отдыху с пользой для здоровья и красоты, мы постарались учесть все возможные нюансы вашего настроения. Поэтому в категории «детокс» вы увидите как индийский аюрведический центр, так и французскую ферму. Заниматься спортом мы отправим вас и на Мальдивы, и в девонширский буткемп. А на релакс — в тайские ретриты и греческий отель, работающий по системе «все включено класса люкс». В наших рейтингах (а всего их семь) нет ни одного случайного места. Ради их составления мы обзвонили десятки наших героев и учли собственный опыт. Словом, протоптали вам дорожку. Счастливого пути!

Директор отдела красоты

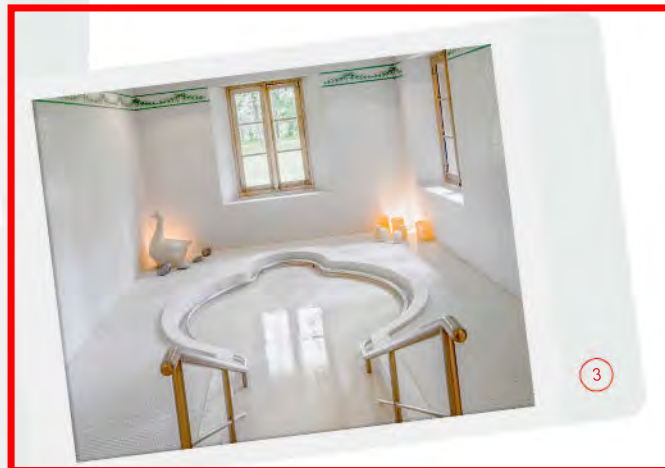
Дарья Сузнецова



1



2



3

1. Вилла Lagoon House в отеле Amilla Fushi, Мальдивы. 2. пляж отеля Махх Royal Kemer Resort, Турция. 3. Бассейн с фарфоровой глиной и термальной водой в спа отеля Les Prés d'Eugénie, Франция.



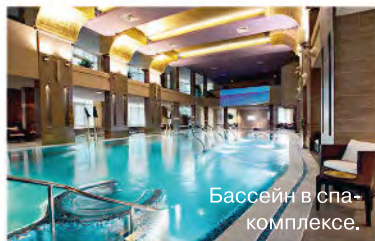
LANSERHOF
TEGERNSEE

Бассейн
с подогревом
на территории
клиники.

МАРИЕНШТАЙН, ГЕРМАНИЯ

Клиника в Баварских Альпах — прототип здравницы «Море», которую экс-банкир Александр Лебедев открыл в Алуште, — известна методом очистки кишечника с помощью солей. Еще в XIX веке его разработал австрийский гастроэнтеролог Франц Ксавьер Майер. Детокс-программа длится от одного до трех дней, но врачи советуют задержаться хотя бы на неделю, чтобы насладиться процедурами в бассейне с соленой водой, сходить на хайкинг, заняться йогой и освоить азы дыхательной гимнастики. Первый день придется посвятить диагностике — сдать анализы и сделать УЗИ. В ресторане вам выделяют отдельный стол, который будут накрывать согласно предписаниям вашего врача-куратора. На эспрессо и гевюрцтрамнер рассчитывать не стоит. А вот на кашу из спелты с кленовым сиропом и суп-пюре из артишоков — пожалуйста. В свободное от оздоровления время специалисты рассказывают о пользе интервального голодания и вреде диет. А в день отъезда выдают двухнедельный запас солей и инструкции по применению полученных знаний дома. Светская дама Ната Чигиринская советует ехать на январские каникулы, чтобы зарядиться энергией на год.

ЦЕНА: ОТ €4207 ЗА СЕМИДНЕВНОЕ ПРОЖИВАНИЕ. WWW.LANSERHOF.COM



Бассейн в спа-комплексе.

LUCIANO

КАЗАНЬ, РОССИЯ

В спа в двух шагах от Казанского кремля приезжают восстанавливаться и друзья президента Татарстана, и наш брат журналист. Лаура Джугелия (reopletalk.ru) рассказывает: «По результатам анализов (необходимый список присылают на почту за пару недель до приезда) команда из эндокринолога, гастроэнтеролога, физиотерапевта и психолога разрабатывает индивидуальное расписание». Запрета на гадже-

ты нет, но график такой плотный, что не до инстаграма. С восьми утра до семи вечера нужно успеть на висцеральный массаж, гидротерапию, минеральное обертывание, а также принять ванну с магнием и подышать ионизированным воздухом в соляной комнате. Спортивных рекордов на детокс-программе никто не ждет, но урок дыхательной гимнастики и легкое кардио обязательны. О питании (в первый день одноразовом, а в последующие три, семь или десять дней — четырехразовом) заботится бренд-шеф Автандил Бигвава, чью кухню хвалил сам Пласидо Доминго.

ЦЕНА: ОТ 96 450 РУБ. ЗА ТРЕХДНЕВНУЮ ПРОГРАММУ «ДЕТОКС» С ПРОЖИВАНИЕМ В ОДНОМЕСТНОМ НОМЕРЕ. WWW.LUCIANO.RU

Лаура
Джугелия



Ресторан
La Ferme
Aux Grives.



Юлия Скворцова



Ресторан
Les Prés
d'Eugénie.

LES PRÉS D'EUGÉNIE

ЭЖЕНИ-ЛЕ-БЕН, ФРАНЦИЯ

«В каждой клинике, куда люди едут за здоровьем и хорошей фигурой, их ограничивают в еде. А в Les Prés d'Eugénie кормят как в лучших ресторанах мира», — восхищается политолог Юлия Скворцова, многолетний почитатель отеля на бальнеологическом курорте, названном в честь последней императрицы Франции. Дело в том, что владелец курорта, великий шеф-повар, восьмидесятипятилетний Мишель Герар верит: если хотите сбросить лишние килограммы, вы должны быть сыты. И вообще на отдыхе надо баловать не только себя, но и свои вкусовые рецепторы: специями, оттенками вкуса, размером порций. В ресторане Герара все это в наличии — свои три звезды общепит получил в 1977-м и до сих пор их не отдал.

Полный гедонизм царит и в самом отеле (там антиквариат, гранитные колонны, живопись старых мастеров), и в тысячеметровом спа в здании XVIII века. Ванны с розовыми лепестками, лавандой и ромашкой предполагается принимать в комнате с камином под классическую музыку. На массажных столах — матрасы из овечьей шерсти, на полу расстелены не какие-нибудь быстро-сохнущие коврики, а настоящие персидские ковры. Как замечает Юлия Скворцова, «взрослый люкс для тех, кто все попробовал, для людей, богатых в нескольких поколениях».

ЦЕНА: €110 ЗА ПРОЦЕДУРУ PURE DÉTENTE (ТРАВЯНАЯ ВАННА, МАССАЖ ГОЛОВЫ И ЛИЦА, ТЕРМАЛЬНЫЙ ДУШ).

WWW.LESPRESDEUGENIE.COM