

честные  
выборы  
ВРУЧАЕМ  
ПРЕМИЮ  
ЛУЧШИМ  
СРЕДСТВАМ

WWW.ELLE.RU

МАРТ 2014

словарный  
запас

НОВЫЙ ЯЗЫК  
КРАСОТЫ  
С МИРОВЫХ  
ПОДИУМОВ

НАШЕ  
ДОСЬЕ  
НА ПЕРВЫХ  
КРАСАВИЦ

Аманда  
Сейфрид  
Клаудия  
Шиффер  
Ева Герцигова  
Анжела  
Линдвалл  
Равшана  
Куркова

BEAUTY

БУДУЩЕЕ РЯДОМ: новейшие способы остановить  
время — ОТ КРЕМОВ ДО ПЛАСТИКИ



Для приготовления блюд используются органические продукты высшего качества



*Знаменитый BRENNERS PARK-HOTEL & SPA, главный отель Баден-Бадена, также не остался в стороне от глобальной детокс-тенденции*



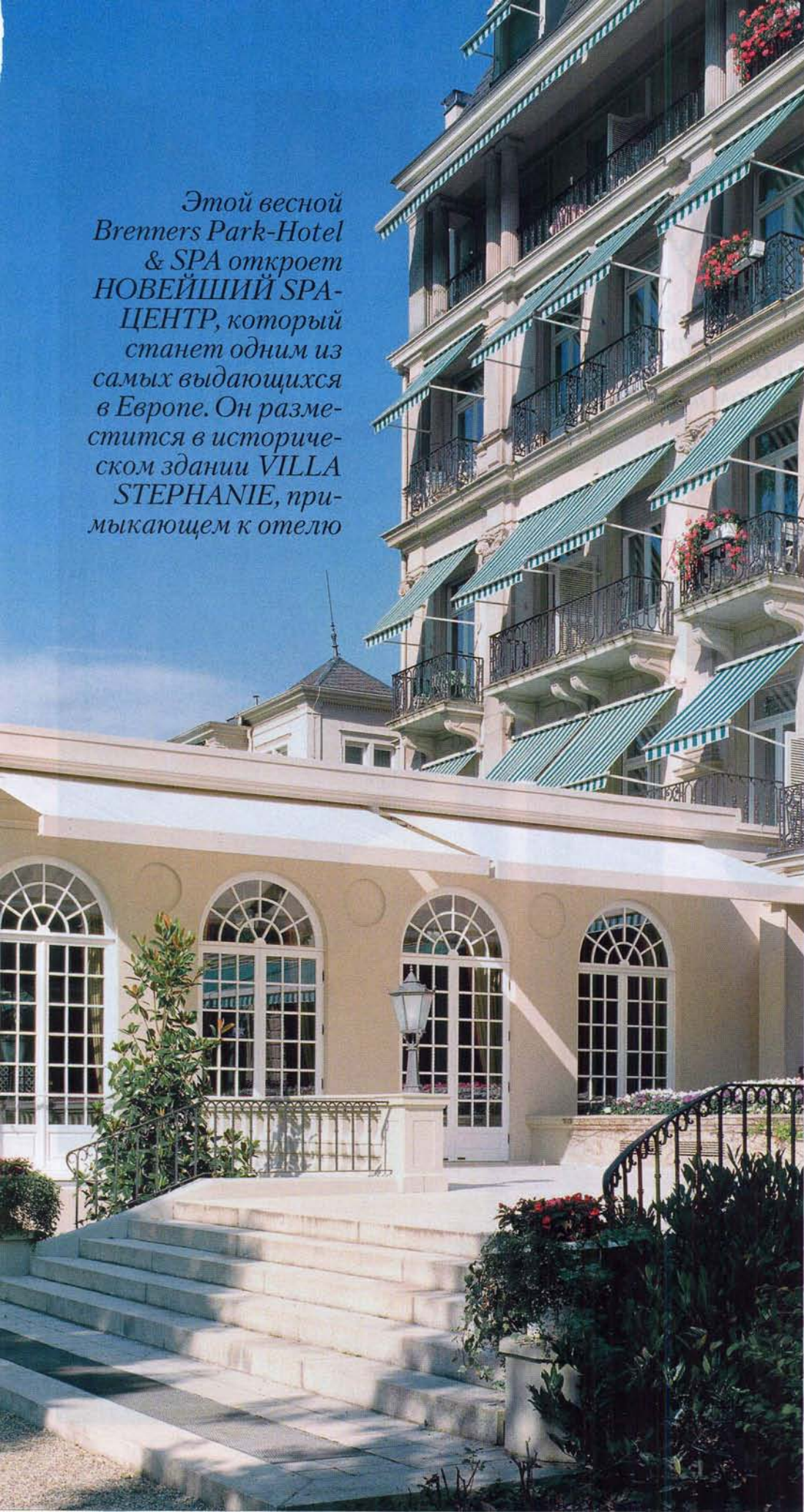
Специалисты спа-центра Brenners Park-Hotel & SPA разработали несколько программ, включающих сбалансированное меню, процедуры для лица и тела, а также индивидуальные спортивные занятия. Каждому из этих комплексов предшествует обязательная консультация диетолога и тестирование

на особом аппарате. Он считает соотношение жировой и мышечной ткани в организме, расход энергии, состояние сосудов и прочие параметры. На основе полученных данных агрегат выдает беспристрастный вердикт и рассчитывает необходимое число калорий в день. Дальнейшие нюансы зависят от выбранной программы.



**Brenners Park-Hotel & SPA**  
Schillerstrasse 4-6, 76530,  
Baden-Baden, Germany,  
т. +49 72 219000,  
[www.brenners.com](http://www.brenners.com)

*Этой весной Brenners Park-Hotel & SPA откроет НОВЕЙШИЙ СПА-ЦЕНТР, который станет одним из самых выдающихся в Европе. Он разместится в историческом здании VILLA STERHANIE, примыкающем к отелю*



Для органического детокса (Organic Detox) количество калорий не ограничивается, в отличие от наименований самих продуктов. Вам будут готовить в основном вегетарианские блюда с низким содержанием углеводов. Разумеется, из экопродуктов и с минимальной термической обработкой. Спа-программа (Spa Detox), также нацеленная на вывод шлаков, будет включать всевозможные водорослевые обертывания, массажи с эфирными детокс-маслами, скрабы и микстуры. А в прекраснейшем старинном парке отеля вас ждут уроки йоги и длительные прогулки.

Медицинский детокс (Medical Detox) отличается от органического вовсе не постоянным присутствием врачей (как можно решить, прочитав название), а более активными очищающими процедурами: гидроколлотерапией, соляными ваннами и дренирующими массажами. А также занятиями с инструктором в фитнес-центре.

Желающим же избавиться от лишнего веса предлагается специальная Weight Loss программа. В ее основе — сбалансированное меню с выверенным содержанием калорий. Однако вы будете приятно удивлены размерами порций, вкусом и разнообразием предложенных блюд. Также за вас возьмутся фитнес-тренеры и специалисты спа-центра. Ежедневные упражнения в купе с интенсивным массажем, антицеллюлитными обертываниями и противотежными ритуалами будут способствовать потере веса. Обычно в неделю она составляет от трех до пяти килограммов. ■