

Available on the iPhone
App Store

GET IT ON
Google Play

TITANIUM

весна 2019

International lifestyle magazine

Новые ГОРИЗОНТЫ



МИХИАР АЙОБИ
ПАОЛА БАТАНИ
ЗАНЕ ГРАНТС-ВУЛЬФ
ПАН ГИ МУН
РЕНАРС ПУРМАЛИС
ЧИЧЧО СУЛТАНО
ФРАНСИС ТРИБО
УОЛЛЕС ЧАН

SHNA: ОСНОВАТЕЛИ НОВОГО МИРОПОРЯДКА

В ПРОШЛОМ ГОДУ ВСЕМИРНО ИЗВЕСТНОЙ ИСПАНСКОЙ ВЕЛНЕС-КЛИНИКЕ SHNA ИСПОЛНИЛОСЬ 10 ЛЕТ. ЗДЕСЬ МОЖНО НЕ ТОЛЬКО ПОХУДЕТЬ ИЛИ ПРОЙТИ ДЕТОКС, НО ТАКЖЕ БРОСИТЬ КУРИТЬ, ПОБОРОТЬ БЕССОННИЦУ И СТРЕСС, РАЗВИТЬ КОГНИТИВНЫЕ НАВЫКИ И ПРЕОДОЛЕТЬ ВОЗРАСТНУЮ ГРАВИТАЦИЮ ПРИ ПОМОЩИ РАЗЛИЧНЫХ ТЕХНИК ОМОЛОЖЕНИЯ И РЕГЕНЕРАЦИИ. ОТПРАЗДНОВАТЬ ЮБИЛЕЙ РЕШИЛИ ОТКРЫТИЕМ НОВЫХ РЕЗИДЕНЦИЙ КЛАССА ЛЮКС, В КОТОРЫХ ГОСТИ МОГУТ ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ С ДЕТЬМИ.



SНА — это очень личная история семьи Батальер, воплощение их стремлений к земной гармонии и долголетию. А все началось с Альфредо Батальера-старшего, основателя SHNA. В свое время он долгие годы страдал от различных недугов и практически безуспешно проходил традиционное медикаментозное лечение, но, к счастью, ему повезло познакомиться с методиками натуральной холистической восточной медицины и макробиотикой. А позднее — и с легендарным основателем современной теории макробиотики, адаптированной для Запада, Мичио Куши. Поразительные результаты исцеления настолько вдохновили Батальера, что в 2008 году он принял решение об основании клиники SHNA, в которой были бы объединены тысячелетний опыт восточной медицины и передовые западные технологии. Но на этом не заканчивается нить повествования словно „от первого лица“.

Избрав для основания SHNA испанский город Альбир, расположенный на побережье Средиземного моря (мягкий, теплый климат этого места был признан Всемирной организацией здравоохранения одним из лучших в мире), семейство Батальер пригласило к выбору локации клиники Мичио Куши. Долго колеся по побережью и уже потеряв надежду удовлетворить требовательного японца, Батальеры решили организовать сиесту и пригласить Куши в собственный загородный дом. И каково же было их удивление, когда строптивый гость всплеснул руками и радостно заключил, что здесь, в их доме, и есть лучшее место. Спорить было бесполезно, и сегодня SHNA в полном смысле родной дом для семьи основателей. Спустя десять лет клинику по-прежнему возглавляет Альфредо Батальер-старший. Двое из трех его сыновей также заняты работой в клинике: Алехандро — вице-президент, а CEO — Альфредо.



Краеугольный камень философии SHA — это вдохновленный микробиотическим учением образ жизни и питание. В данной системе координат человек и Вселенная рассматриваются как единое целое, нуждающееся в сохранении баланса сил и энергий. Большое значение отводится питанию, наиболее директно влияющему на самочувствие. В диете SHA, как и в макробиотике, делается выбор в пользу цельнозерновых злаков, круп, бобов, овощей, зелени, фруктов и орехов. Причем местных и сезонных продуктов, способных наиболее адекватно ответить на текущие запросы организма. Мясо, яйца и молочные продукты исключаются. Так же как алкоголь, кофе и сахар.

Все оздоровительные программы SHA строго индивидуальны и разрабатываются с учетом проводимых на месте клинических исследований. На выбор — 14 программ различного целеполагания продолжительностью от четырех до двадцати восьми дней: укрепление общей физической формы, снижение веса, детокс, антитабак, управление стрессом и достижение эмоционального баланса, восстановление сна, стимуляция процессов естественной внутренней и внешней регенерации и омоложения организма, повышение когнитивных способностей и многое другое. Среди применяемых лечебных методик такие передовые практики, как инфузионная и озонотерапия, лечение стволовыми клетками, мезотерапия, склеротерапия вен и остеопатические процедуры. Отдельно стоит сказать о проводимом здесь генетическом исследовании на выявление

риска заболеваний с дальнейшим предписанием комплексной превентивной терапии и диеты.

Лечение и восстановление проходят в тесной связи с питанием. Диета для каждого гостя составляется диетологами индивидуально, в зависимости от показателей здоровья и поставленных целей. Принципы диеты SHA соответствуют рекомендациям Всемирной организации здравоохранения и совпадают с последними разработками научных институтов в области питания, таких как Гарвардская медицинская школа и Корнеллский университет. С ними SHA тесно сотрудничает не один год.

В прошлом году в эксплуатацию был сдан новый комплекс резиденций — SHA Residences. Светлое здание в конструктивистской манере с оригинальным пространственным решением, организованным по фэншуй, опоясано каскадом лазурных „рукавов“ открытых бассейнов. 11 резиденций площадью от 300 кв. м в один и два этажа оснащены, в зависимости от класса, садом, восточной баней — хаммам, кинотеатром и велнес-залом, в котором можно проводить часть оздоровительных процедур SHA, „не выходя из дома“. Еще одна особенность — в резиденциях, в отличие от основного здания, можно останавливаться с детьми, для которых разработаны особая программа и питание.

В планах семейства Батальер открыть по филиалу SHA на каждом из пяти континентов, сделав как можно больше людей адептами здорового образа жизни, наслаждающимися активным и счастливым долголетием.

shawellnessclinic.com

