# Аюрведическая программа детоксикации

★★★★★

До этого я проходила аюрведическую программу "Детокс" (Панчакарма) в одном из центров Индии. В Vitalica Wellness я прошла замечательный аюрведический детокс под руководством врача из Индии. Мне было очень приятно чувствовать, что мое тело и разум по ...

Berrin Tanrıöver

СБАЛАНСИРОВАННЫЕ ФУНКЦИИ ОРГАНИЗМА | РЕГУЛЯРНЫЙ ПОТОК ЭНЕРГИИ | ОМОЛОЖЕННЫЙ РАЗУМ

Традиционная аюрведическая программа детоксикации (Панчакарма) обеспечивает наиболее естественную и полную детоксикацию. Это идеальный метод детоксикации тела и ума, омоложения и исцеления изнутри.

Если вы ищете здоровье, внутреннюю силу и душевный покой, приглашаем вас в Vitalica Wellness, которая предлагает решения на 360 градусов.

### Команда экспертов

Мы очень рады работать с командой, которая может предложить нашим гостям не один подход, а сразу несколько, благодаря своему опыту в каждой области, которую мы обслуживаем.

### Голубая зона

Главным компонентом нашего дыхания, источником жизни, конечно же, является кислород. Поэтому неслучайно Vitalica Wellness находится в Бодруме, шестом регионе "голубой зоны" мира с высоким содержанием кислорода.

### Индивидуальный подход

Мы верим, что у каждого тела есть своя история. Поэтому после консультаций с нашими врачами мы готовы применить процедуры, подходящие именно для истории наших гостей.

ОБЩИЙ ОПЫТ ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

- Что такое аюрведическая программа детоксикации?
- Все люди уникальны и потребности у них разные. Важнейшей особенностью программы является то, что она «персонализирована». Аюрведа, что означает «наука о жизни», представляет собой медицинскую систему с 5000-летней историей, которая до сих пор практикуется в Индии. Традиционная аюрведическая программа детоксикации (Панчакарма) обеспечивает наиболее естественное и полное очищение. Это идеальный метод детоксикации тела и разума, омоложения и исцеления изнутри.

# Аюрведическая программа детоксикации (5,6,7 дней)

- Аюрведические и оздоровительные консультации в начале, конце и на протяжении всей программы
- Полный анализ тела
- Аюрведическая пульсовая диагностика
- БАДы Vitalica Wellness Ayurveda Detox
- Аюрведическая детокс-диета (завтрак, обед и ужин)
- Аюрведические детокс-напитки
- Неограниченный травяной детокс-суп
- Неограниченный травяной чай
- Неограниченное количество воды с pH 10
- Последующее наблюдение во время программы
- Консультация специалиста по питанию
- Индивидуальный план оздоровления перед отъездом
- Крытый плавательный бассейн
- Бесплатное участие в групповых мероприятиях (занятия йогой, дыханием, медитацией, фитнес, велнес-беседы, холистические мероприятия, прогулки с экспертом, уроки здоровой кухни и т.д.)
- Сумка Vitalica и фляга для воды

- Инфракрасная сауна (30 минут каждый день)
- Соляная комната (30 минут каждый день)
- Паровая баня (30 минут каждый день)
- Манипура массаж живота (20 минут, выполняется перед Васти)
- Аюрведический детокс-массаж (в соответствии с состоянием здоровья человека)
- Марма-аюрведический массаж (соответствует состоянию здоровья человека)
- Широдхара - голова и шея
- Васти (сбор) или Вирачана (очищение)
- Насаям - аюрведическое очищение носа и пазух
- Полный аюрведический уход за телом
- Озоновая сауна

- Инфракрасная сауна (30 минут каждый день)
- Соляная комната (30 минут каждый день)
- Паровая баня (30 минут каждый день)
- Манипура массаж живота (20 минут, выполняется перед Васти)
- Аюрведический детокс-массаж (в соответствии с состоянием здоровья человека)
- Марма-аюрведический массаж (соответствует состоянию здоровья человека)
- Широдхара - голова и шея
- Васти (сбор) или Вирачана (очищение)
- Насаям - аюрведическое очищение носа и пазух
- Полный аюрведический уход за телом
- Озоновая сауна

- Инфракрасная сауна (30 минут каждый день)
- Соляная комната (30 минут каждый день)
- Паровая баня (30 минут каждый день)
- Манипура массаж живота (20 минут, выполняется перед Васти)
- Аюрведический детокс-массаж (в соответствии с состоянием здоровья человека)

До этого я проходила аюрведическую программу "Детокс" (Панчакарма) в одном из центров Индии. В Vitalica Wellness я прошла замечательный аюрведический детокс под руководством врача из Индии. Мне было очень приятно чувствовать, что мое тело и разум полностью очистились. Я приезжаю сюда дважды в год. Я рекомендую