

Спа

Безмятежный отдых на Мальдивах оказывает благотворное действие на разум, тело и дух, особенно после серии расслабляющих и омолаживающих спа-процедур, предлагаемых на курорте. Курорты архипелага насчитывают в общей сложности 110 высококачественных спа-центров. Кроме того, несколько спа имеется в г. Мале, на обитаемых островах и даже один – в терминале прибытия Международного аэропорта им. Ибрагима Насира.

Спа на Мальдивах – это не просто коммерческих объект по оказанию косметических и оздоровительных услуг в традиционном понимании этого слова. Курортные спа-центры не только соответствуют стандартам фешенебельных гостиничных объектов курорта, но и превышают их благодаря своему дизайну и расположению.

Одни спа-центры построены на сваях, возвышаясь над лагуной, что позволяет наслаждаться бесконечным морским горизонтом; другие расположены в окружении пышной тропической растительности. Некоторые спа-салоны расположены на отдельных островах, на пляжах или посреди журчащей воды. Кроме того, выделяют спа с классическим или современным оформлением интерьера.

В качестве альтернативы, отдыхающие могут наслаждаться спа-процедурами в атмосфере уединения в арендованных ими виллах и бунгало, на террасах у бассейна и даже на изолированной песчаной отмели или пляже в окружении идиллического мальдивского ландшафта

Каждый спа-салон стремится создать приятную атмосферу спокойствия и умиротворения для проведения невообразимых экзотических процедур.

Поскольку все процедуры разработаны исключительно для гостей курорта, в их основе лежат определенные мальдивские атрибуты: ритмы приливов и отливов, ласкающих берега лагуны, натуральные масла тропических растений и чистый островной воздух. Посещение спа-центра на Мальдивах – это уникальный, ни с чем несравнимый опыт, создаваемый благодаря расположению островов, а также навыкам и квалификации специалистов.

Спа предлагают всевозможные процедуры и ритуалы красоты, многие на основе рейки – разновидности нетрадиционной медицины, использующей технику исцеления путем касания ладонями, для активации естественных оздоровительных процессов в организме пациента и воздействия на чи, его жизненную силу.

Первое подводное спа в мире было построено на мальдивском курорте, расположенном на атолле Северный Мале, всего в 25 минутах езды на катере из Международного аэропорта им. Ибрагима Насира. Подводный спа-центр, интерьер которого имеет расслабляющий дизайн, вдохновленный морской тематикой, состоит из двух помещений со стеклянными стенами, из которых открывается великолепный панорамный вид на коралловый риф и морских обитателей.

Полный оздоровительный курс в подводном спа-центре длится незабываемых три часа с проведением процедур на основе масла местного кокосового ореха, лайма и минеральных масел, по завершении которых выполняется ледяное обертывание с последующей релаксацией на фоне проплывающей рыбы-клоуна, скатов и других экзотических рыб. Помещения спа-центра, который расположен на расстоянии 100 м от побережья острова у подножия деревянного пирса, находятся на глубине восемь метров ниже уровня моря. Преимущества такого спа намного глубже, чем кажется на первый взгляд.



Спа-процедуры

Что особенного в спа-процедурах, предлагаемых на Мальдивах? Процедуры специально разработаны для удовлетворения самых взыскательных отдыхающих и нередко основаны на использовании местных ингредиентов, добавляемых в высокоэффективные травяные кремы и лосьоны, привезенные из различных уголков мира. Специалисты спа-салонов используют международный опыт при проведении различных ритуалов и процедур, эффективность которых повышается благодаря умиротворяющей атмосфере тропического островного ландшафта, способствующей релаксу.

Практика аюрведы

Практика аюрведы в курортных спа-центрах выводит проводимые в них процедуры на новый уровень благодаря благотворной атмосфере островов. Местные целительные техники используются безупречными профессиональными оздоровительными центрами, расположенными на современных мальдивских курортах в идиллическом окружении. Посещение Мальдив – это великолепная возможность открыть для себя все преимущества аюрведы.

На территории курорта, расположенного на атолле Раа, находится отдельный центр аюрведы, где гостям предложат ряд оздоровительных процедур и особый режим питания (в центре есть аюрведический ресторан) – все это на фоне умиротворяющего антуража и в гармонии с природой, вдали от основных инфраструктур курорта.

Йога

Йога широко практикуется по всему миру, в основе которой лежат духовные и аскетические практики индуистской культуры. Следовательно, нет ничего лучше, чем начать свое знакомство с йогой на пути к очищению разума и духа на островах, расположенных в Индийском океане.

Во многих курортных спа-центра Мальдив работает йог (последователь системы йога), который в качестве инструктора проводит групповые или индивидуальные занятия йогой в специальных кондиционированных павильонах или на даже на солнечных террасах либо пристанях курорта.

В групповых занятиях равное внимание уделяется позам (асана), дыханию (пранаяма), жестам (мудра) и самосозерцанию (медитации). Главной целью занятий является достижение гармонии физических, ментальных, психических и духовных аспектов каждого участника. Групповая йога порождает дух товарищества и поддержки.

Медитация

Медитировать можно вне стен спа-центра. Медитация на пустынном острове или тихом пляже обитаемого острова благотворно влияет на настрой и дух. Медитация позволяет достичь такого состояния разума, при котором тело полностью расслабляется, наполняя разум спокойствием, умиротворением и равновесием. С давних времен считается, что медитация способствует восстановлению гармонии, оздоровлению и исцелению разума, а также устранению стресса и усталости.

Спа-процедуры, практика аюрведы и йоги наряду с медитацией придадут глубокий духовный смысл вашему отдыху на Мальдивах.





VisitMaldives.com

ДУХОВНАЯ
СТОРОНА ЖИЗНИ