



COSMOS  
COLLECTION  
ALTAY RESORT

# СИБИРСКИЕ ПРОГРАММЫ ПАРЕНИЯ

OT NATURA SIBERICA

## АВТОРСКАЯ ПРОГРАММА ПАРЕНИЯ ОТ NATURA SIBERICA «СОННЫЕ ТРАВЫ»

Как же хочется вырваться из захватившего тебя мегаполиса... Из его цепких лап, резких звуков, ярких вспышек, бешеного ритма. Провалиться и застыть в травяном гамаке между небом и землей. Раскачиваться и слушать, как сонные травы переплетаются, нашептывают, убаюкивают, погружая в свой пряный аромат.

Ваша авторская программа парения от Natura Siberica начнется со знакомства с первым паром, насыщенным алтайскими травами, ароматными маслами, запаренными особым образом банными вениками. Вашу голову укроют холодными душистыми пихтовыми вениками для защиты от горячего пара. В первый заход вы познакомитесь с контрастным парением дубовыми и пихтовыми вениками, а во второй - вас окутает парение с протиркой березовыми вениками.

Аромат запаренных трав в горячем чане успокоит бег ваших мыслей, а мыльная помывка березовым веником расслабит ваши напряженные мышцы. Нежный скраб из молотых трав, клюквы, кедрового жмыха и расслабляющего комплекса эфирных масел герани, тимьяна, лаванды, мяты, бергамота, иланг-иланга, розы и апельсина деликатно очистит вашу кожу.

А увлажняющая маска-обертывание на основе гиалуроновых кислот, комплекса витаминов А, Е, F, B5, цветов и трав активизирует обмен веществ и производство коллагена, что поможет коже дольше оставаться молодой и упругой.

**Результатом** этого банного парения станет восстановление сна, повышение устойчивости к стрессовым факторам, гармонизация внутренних ритмов организма. Вы почувствуете глубокое расслабление каждой клеточки вашего тела, а ваша кожа порадует вас мягкостью, нежностью и здоровьем.

# ЭТАПЫ:

- 1 ПАРЕНИЕ: КЛАССИЧЕСКОЕ В 2 ЗАХОДА В 2-Е РУКИ.  
ПРОГРЕВ СПИНЫ, НОГ ДУБОВЫМИ ВЕНИКАМИ;
- 2 ГОРЯЧИЙ ЧАН;
- 3 ПОМЫВКА БЕРЕЗОВЫМ ВЕНИКОМ;
- 4 СКРАБ ДЛЯ ТЕЛА «СОННЫЕ ТРАВЫ»,  
МАСКА ДЛЯ ТЕЛА «СОННЫЕ ТРАВЫ»;
- 5 МАССАЖ 40 МИНУТ
- 6 РЕЛАКС: ЧАЙ, МЕД

На 1 персону

**Время:** 4 часа.

**Цена:** 85 000 руб.



# АНТИОКСИДАНТНЫЙ ОМОЛАЖИВАЮЩИЙ СПА-УХОД И ПРОГРАММА ПАРЕНИЯ ДЛЯ НЕГО И ДЛЯ НЕЕ «БЕРЕЗОВАЯ ЧАГА»

Авторская программа парения — это трехчасовая забота и уход за каждой клеточкой вашего тела!

Ваша индивидуальная программа для двоих включает мягкую баню с авторскими круговыми парениями вениками, в два захода и в 4 руки с ароматными пихтовыми, дубовыми и березовыми вениками. Вас ждет отдых и прогрев с травами, маслами, в горячем чане с фитонцидами растений из распаренных веников, и чаги; содержащими антиоксиданты, стимулирующими иммунную систему. Это поможет выдохнуть, расслабиться и отпустить все проблемы из вашей головы и сердца.

Мыльная помывка с березовыми вениками деликатно очистит кожу, а чаговые скрабы и маски наполнят вашу кожу природной энергией, замедляющей процессы старения.

Березовая чага - уникальный древесный гриб. Он произрастает на стволах берез и накапливает все полезные свойства березового сока, который годами циркулирует по дереву от корней к листьям, проходя при этом через пористое тело гриба. Со временем в чаге концентрируется небывалое количество биологически активных веществ, витаминов и микроэлементов. По количеству натуральных антиоксидантов, защищающих клетки организма от повреждения, гриб чага – настоящий рекордсмен, способствующий омоложению на клеточном уровне.

В завершении авторский массаж и отдых на сенных качелях позволит вам глубоко расслабиться, отдохнуть и ощутить гармонию умиротворения от окружающей природы.

# ЭТАПЫ:

- 1 ПАРЕНИЕ: КЛАССИЧЕСКОЕ В 2 ЗАХОДА В 4-Е РУКИ.  
ПРОГРЕВ СПИНЫ, НОГ ДУБОВЫМИ ВЕНИКАМИ;
- 2 ГОРЯЧИЙ ЧАН;
- 3 ПОМЫВКА БЕРЕЗОВЫМ ВЕНИКОМ;
- 4 СКРАБ «ЧАГА»  
МАСКА ДЛЯ ТЕЛА «ЧАГА»
- 5 МАССАЖ 40 МИНУТ
- 6 РЕЛАКС: ЧАЙ, МЕД

На 2 персоны

**Время:** 4 часа.

**Цена:** 110 000 руб.



## МОЖЖЕВЕЛОВАЯ БАНЯ ОТ NATURA SIBERICA «ТРАВЫ ШАМАНА» ДЛЯ ГЛУБОКОГО ДЕТОКСА

Авторская можжевеловая баня, как шаманский ритуал – для каждого своя, ведь она решает очень личные, глубинные вопросы. Обязательным спутником этого долгого путешествия будет можжевельник – шаманская трава, которую в Тыве называют «артыш», а на Алтае – «арса», что означает «трава против страха».

Ваша можжевеловая баня – это целая церемония с ледяными контрастами и мыльной помывкой, аромапарениями и отдыхом в травяном чане.

Доставит удовольствие соляной скраб для тела, который собирается и смешивается в присутствии гостей из ягод можжевельника, соли рапа Алтайского озера Яровое, таежного меда и молотых высокогорных алтайских трав.

Ингаляции успокаивающих эфирных масел пихты, полыни, мяты и северного адаптогена саган дайля закрепят результат оздоровления и расслабления.

Полноценная трехчасовая пропарка позволит не только очистить тело, но и по-настоящему продышаться, как будто вы оказались в целебной можжевеловой роще.

Шаман говорит: перед следующим жизненным прыжком всегда надо расслабиться!

# ЭТАПЫ:

- 1 ПАРЕНИЕ: КЛАССИЧЕСКОЕ В 3 ЗАХОДА;  
АРОМАПАРЕНИЕ: ОКУРИВАНИЕ АРТЫШ, ПОЛЫНЬ,  
МЯТА;  
ПРОГРЕВ СПИНЫ, НОГ МОЖЖЕВЕЛОВЫМИ ВЕНИКАМИ;
- 2 ГОРЯЧИЙ ЧАН;
- 3 ПРИГОТОВЛЕНИЕ СКРАБА ИЗ НАТУРАЛЬНЫХ  
ИНГРЕДИЕНТОВ, В ПРИСУТСТВИИ ГОСТЕЙ.  
СКРАБИРОВАНИЕ СОЛЯНЫМ СКРАБОМ ДЛЯ ТЕЛА  
«БЕЛЫЙ ШАМАН»;
- 4 РЕЛАКС: ЧАЙ, МЕД.

До 6 персон

**Время:** 3 часа.

**Цена:** 89 000 руб.





+7 913 691 91 91

[altayresort.cosmosgroup.ru](http://altayresort.cosmosgroup.ru)