

# 5 КЛЮЧЕЙ К КРАСОТЕ И ЗДОРОВЬЮ

ТЕКСТ Юлия Леонтьева

Интенсивный темп нашей жизни требует огромного напряжения сил – физических и эмоциональных. В череде быстро сменяющихся дней просто не хватает времени, чтобы отдохнуть. Между тем, современному человеку необходимо быть здоровым и полным сил, а это значит, что иногда нужно сделать паузу, провести время наедине с собой, проанализировать свои мысли и чувства, восстановить энергетические ресурсы. Идеальное место для этого – велнес клуб «Пять ключей» – своеобразный оазис красоты, гармонии и умиротворения в нашем большом динамичном городе. Именно здесь можно получить полный комплекс процедур для оздоровления души и тела, секретами которых поделилась с нами Ирина Котмышева, директор клуба, психолог, специалист по ароматерапии:



С самого порога наши посетители попадают в обстановку, которая замедляет, расслабляет, погружает в себя – вода, горящие свечи, аромат эфирных масел, приглушённая музыка, искреннее радушие персонала – всё настраивает на чувственное взаимодействие с миром, приносит ощущение релакса. «Пять ключей» – пятиэтажный комплекс, каждый этаж которого оборудован специально, чтобы восстановить, поддержать и приумножить жизненные силы человека. СПА, массажи, банный комплекс, уходовые процедуры, занятия с психологом, духовные практики – у нас вам будет предложен комплексный подход, благодаря которому вы сможете забыть обо всех заботах. Ограниченное число посетителей, соблюдение продуманной и заранее установленной программы посещения, определённый ритм процедур и отдыха также поможет насладиться истинным расслаблением. В клубе располагаются массажные кабинеты, каждый из которых оформлен в особом стиле для гавайского, тайского, японского, китайского, индийского, европейского и других видов массажа. Завершить преображение помогут мастера



салона красоты и косметологи, использующие в работе эксклюзивные линии от ведущих мировых производителей. Во дворе комплекса расположен теннисный корт, который может арендовать любой гость клуба. А внутри уютный концертный зал вместимостью до 40 человек, где проходят школа ароматерапии, арт-терапия и различные мастер-классы.

## БАННЫЙ КОМПЛЕКС

Волшебное свойство бани было известно мудрецам и лекарям с древних времён. Все сокровища и лучшие традиции мировой банной культуры собраны в банном комплексе «Пять ключей». Кроме роскошных интерьеров, вас встретят опытные банщики и массажисты. Уникальный комплекс для парения: РУССКАЯ ПАРНАЯ, ХАММАМ и аквадермальная зона с бассейном, гидромассажной ванной и ледяной купелью – помогут не только достичь полной релаксации, но и скорректировать фигуру, улучшить состояние кожи.

Отлично восстанавливают силы, освобождают от груза психологических проблем, поднимают иммунитет славянские банные ритуалы.

Испытать целую гамму новых ощущений, погрузиться в мир Востока вы сможете, выбирая программу Марроканский СПА и ритуал «Хаммам».

## ПРАКТИКИ ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДУШИ И ТЕЛА

«Движение – это далеко не всегда спорт, работа до изнеможения, насилие над собой, выдаваемое за силу воли и упорство, – говорит Ирина Котмышева. – Существует другое движение, которое мы практикуем и предлагаем – любящее и берегающее, поддерживающее и помогающее, развивающее и укрепляющее, опирающееся на знания об изначальной гармоничности человеческого тела и его самодостаточности».

В клубе представлена коллекция лучших мировых практик для оздоровления души и тела: Цигун, Йога, Парная йога, Йогатерапия, Кундалини-йога, Женские даосские практики, Боди-балет, Ямуна.

На пике популярности сейчас направление боди-балета. Это сочетание изысканной пластики, душевной и телесной гармонии, высокого танцевального искусства. Уроки боди-балета помогут лучше познать тело и научиться его чувствовать. Кроме этого, боди-балет замечательно подходит для усовершенствования и оттачивания фигуры.

## СПА-ПРОГРАММЫ

«Если вы почувствовали себя в цейтноте, важно вовремя остановиться и найти хотя бы один-два дня для восстановления энергетических ресурсов своего организма, – советует директор велнес клуба. – Каждая СПА-программа – это маленькое праздничное событие в повседневной жизни, погружающее вас в колоритную атмосферу, согревающее душу и тело. Все программы проводятся в соответствии с древними традициями и призваны наполнить тело блаженством, а душу – гармонией и спокойствием».

СПА-программа – не просто набор процедур, а последовательно выстроенная церемония, которая включает ароматный очищающий пилинг, нанесение специальных увлажняющих и питательных средств, расслабляющий массаж с эфирными маслами и другие чувственные и эффективные ритуалы. Все они направлены на снятие напряжения, глубокое расслабление, обновление, оздоровление и роскошный уход для тела». Иногда хочется побыть вдвоём, без посторонних глаз и посто-



янной суеты нашей жизни, провести с любимым человеком время в атмосфере красоты, чистоты и умиротворения. В велнес клубе «Пять ключей» разработаны СПА-программы для совместной релаксации и наслаждения обществом друг друга. На все СПА-программы можно приобрести подарочные сертификаты для своих друзей или близких.

## КОЛЛЕКТИВ

Конечно же, неповторимую атмосферу клуба составляет коллектив специалистов, среди которых нет случайных людей. За каждым направлением стоит профессионал – косметолог, тренер, массажист, диетолог – с большим опытом, медицинским образованием, знаниями и любовью к культуре велнеса, занимающийся духовными практиками, медитацией, любящий природу.

«Я и мои коллеги более 17 лет работаем в этой сфере. За все годы мы на собственном опыте изучили и смогли оценить множество велнес программ и продуктов, – рассказывает Ирина. – От некоторых модных «штучек» отказались, поняв их поверхностность. Какие-то методики открыли для себя и наших клиентов. Например, оценили необыкновенное благотворное воздействие ароматерапии и славянских банных ритуалов. Хочу отметить, что все аромопрепараты, которые используются в программах по телу, мы изготавливаем сами, владеем персональной рецептурой».

Очень важно то, что любой из специалистов клуба рад работать для вас и привнести в вашу жизнь частичку своей чистой и светлой энергии. Ведь именно сбережение, восстановление сил, настоящее расслабление и отдых – самая актуальная задача сегодня для жителя мегаполиса.

«Мы все живём в погоне за успехом, а мир устал от успешных людей, говорит Ирина Котмышева. – Ведь главное быть не только успешным, но и счастливым. Нужно стремиться к гармонии с собой. Найдите время в ежедневном графике забот и дел, посвятите его эмоциональной разгрузке, заботе о себе и своём теле, и вы почувствуете, какими новыми красками заиграет ваша жизнь, как положительная энергия заполнит вас».

Самара, 8-я Просека 37, ☎ +7 (846) 245 40 05

5kluchey.ru

ЛЕДИ  
· дисконтная система ·  
-10% на все услуги