

# ЭКО-УСАДЬБА «СЕНОВАЛ» ЗДОРОВЬЕ ДЛЯ ТЕЛА И ДУШИ



В нашей команде все – энтузиасты своего дела. Фитотерапевт, диетолог, массажист, инструктор по йоге, повар, знающий все тонкости приготовления «живого» питания (зелёные коктейли, витграсс, суперфуды, специально разработанные блюда). Мы рекомендуем приезжать на 1-3 недели. Для знакомства с программой и пространством усадьбы можно приехать на 1-3 дня. Цена ознакомительного заезда с питанием, без ночёвки – 2000 рублей. Стоимость полного курса – от 2200 рублей в день. Усадьба «Сеновал» – место, где вы научитесь выглядеть лучше, чувствовать себя сильнее и жить дольше!

## ЗДОРОВЬЕ И КРАСОТА

Наш организм устал от борьбы с холодом, от дефицита солнечного света, нуждается в питании и очищении.

Всех, кто стремится встретить лето в хорошей форме, мы приглашаем на курс детокса в эко-усадьбу «Сеновал»!

Небольшие каникулы в нашем детокс-центре – это возможность получить прилив свежих сил, укрепить иммунитет и провести правильное очищение организма. А заодно – избавиться от лишних сантиметров!

## ЧТО ВАС ЖДЁТ НА КУРСЕ?

- Зелёные коктейли, «живое» питание
- Баня и массаж
- Йога и физическая активность
- Лекции по здоровому питанию
- Новые полезные привычки

Эко-усадьба «Сеновал» находится в живописной и экологически чистой местности. Русская Селитьба – прекрасное место для ежедневной активности: пешие и велопогулки, скандинавская ходьба, йога, походы на родники.

Каждый день мы будем учиться собирать молодые травы, готовить коктейли, узнавать интересные рецепты, делиться опытом здорового питания, общаться.

Вы увезёте с собой новые полезные привычки, ответы на вопросы о причинах недомоганий и программу живого «питания».



Записывайтесь по телефонам:

☎ +7 927 652 32 56 Мерафон, Viber, WhatsApp

Наш адрес:

с. Русская Селитьба, ул. Родниковка, 50,  
Эко-усадьба «Сеновал»

ЛЕДИКЛУБ

· дисконтная система ·

-10%

на действующие  
акции  
не распространяется