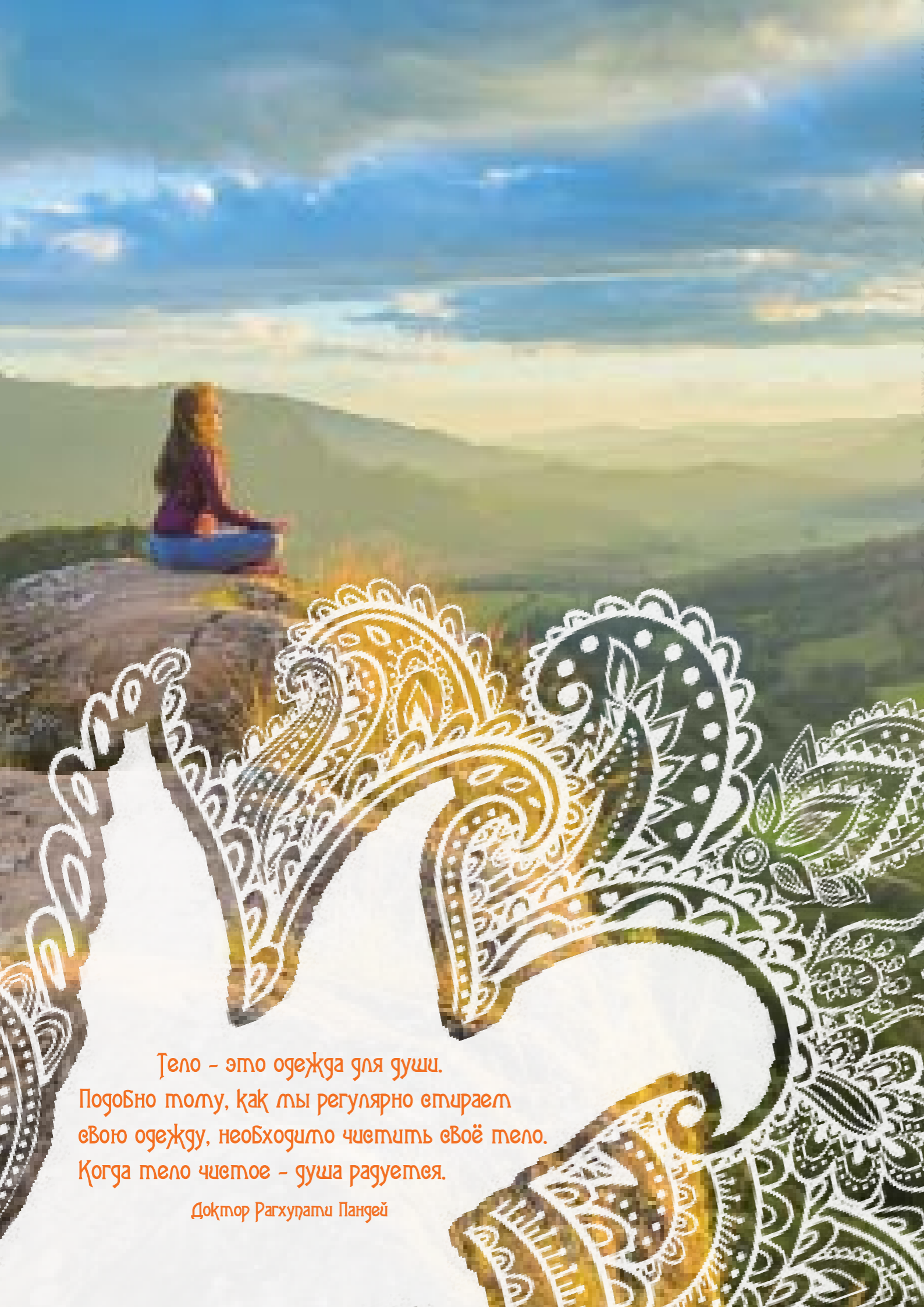




АюрВеда для женщин

Найди реальное исцеление

Программы профилактики и лечения
заболеваний различной этимологии, омоложения,
поддержания красоты и здоровья



Тело - это одежда для души.
Подобно тому, как мы регулярно стираем
свою одежду, необходимо чистить своё тело.
Когда тело чистое - душа радуется.

Доктор Рагхупати Пандей



- ☞ Синтез древнего знания и современной медицины
- ☞ Результат 12-летних клинических исследований
- ☞ Аюрведические процедуры с учетом особенностей физиологии европейцев
- ☞ Лучшие аюрведские врачи Индии
- ☞ Более 6 500 благодарных пациентов

Как оставаться здоровой и красивой до глубокой старости

Красота женщины – это дар, который нужно сохранять и беречь. Не существует красоты без здоровья, так же как и не существует здоровья без красоты. Но красота зависит не только от физического, но и душевного состояния. Ведь то, что находится внутри, непременно проявит себя вовне.

Плохая экология, хронический стресс, токсичные продукты питания не только провоцируют раздражительность, депрессии, перепады настроения и головную боль, но и ведут к гормональным нарушениям, снижению иммунитета, заболеваниям системы пищеварения, кожи, волос и многим другим крайне неприятным последствиям. К сожалению, этого практически невозможно избежать в ритме и условиях современного города. Существуют негативные состояния, которые свойственны исключительно женщинам.

Как оставаться молодой, здоровой, нежной, чувственной и красивой? На этот вопрос вот уже несколько тысяч лет отвечает древнейшая наука – Аюрведа. Широкий спектр аюрведических мер позволяет женщине сохранять и поддерживать естественную красоту и здоровье, заложенную в неё самой природой.



Аюрведа

Аюрведа — древнейшая медицинская наука, традиция которой насчитывает более 5000 лет и которую по праву считают «Матерью современной медицины».

Всемирная Организация Здравоохранения официально признала аюрведу самой всеобъемлющей, эффективной, естественной и структурированной системой оздоровления в мире.

Аюрведическая терапия воздействует на организм на молекулярном уровне, устраняя саму причину заболевания и восстанавливая баланс в физической, умственной, духовной и социальной активности человека. Терапевтические методы лечения не имеют каких-либо вредных побочных эффектов.

В Индии, Шри-Ланке, Непале и Малайзии аюрведа практикуется наравне с современной западной медициной. Аюрведа пользуется огромной популярностью в Японии, Бирме и Тайланде, а в Европе, Великобритании, США и Канаде получила признание, как комплементарная медицина.



Панчакарма

Панчакарма – базовый комплекс очистительных процедур аюрведической медицины, предназначенный для очищения тела и ума на клеточном уровне. С её помощью проводится полная детоксикация органов и тканей, а так же восстанавливается баланс в физиологии и сознании человека.

Основная цель Панчакармы – восстановление естественных процессов в организме и устранение основных причин, вызывающих те или иные заболевания.

Панчакарма включает более 20 различных терапевтических процедур, назначаемых аюрведическим доктором строго индивидуально, в зависимости от состояния здоровья пациента, особенностей его физиологии и психики, образа жизни, а так же времени года и ряда других факторов.



Механизм Воздействия аюрведических препаратов


Для лечения в Аюрведе активно используют целительные свойства растений, а также бхасмы драгоценных камней и металлов.

Особые соединения, выделяемые растениями, обладают уникальным свойством оказывать влияние на гены человека, «включая» или «выключая» их. Именно этот механизм помогает получить мощный терапевтический эффект.

Применяемое в процедурах масло, служит своеобразным «транспортным средством», доставляющим через кожу целебные вещества в организм человека.

В итоге, за счет процедур панчакармы происходит очистка организма, промасливание помогает активным ингредиентам попасть внутрь, а массаж, активизируя крово- и лимфоток, помогает максимально быстро распространить их по всему телу.





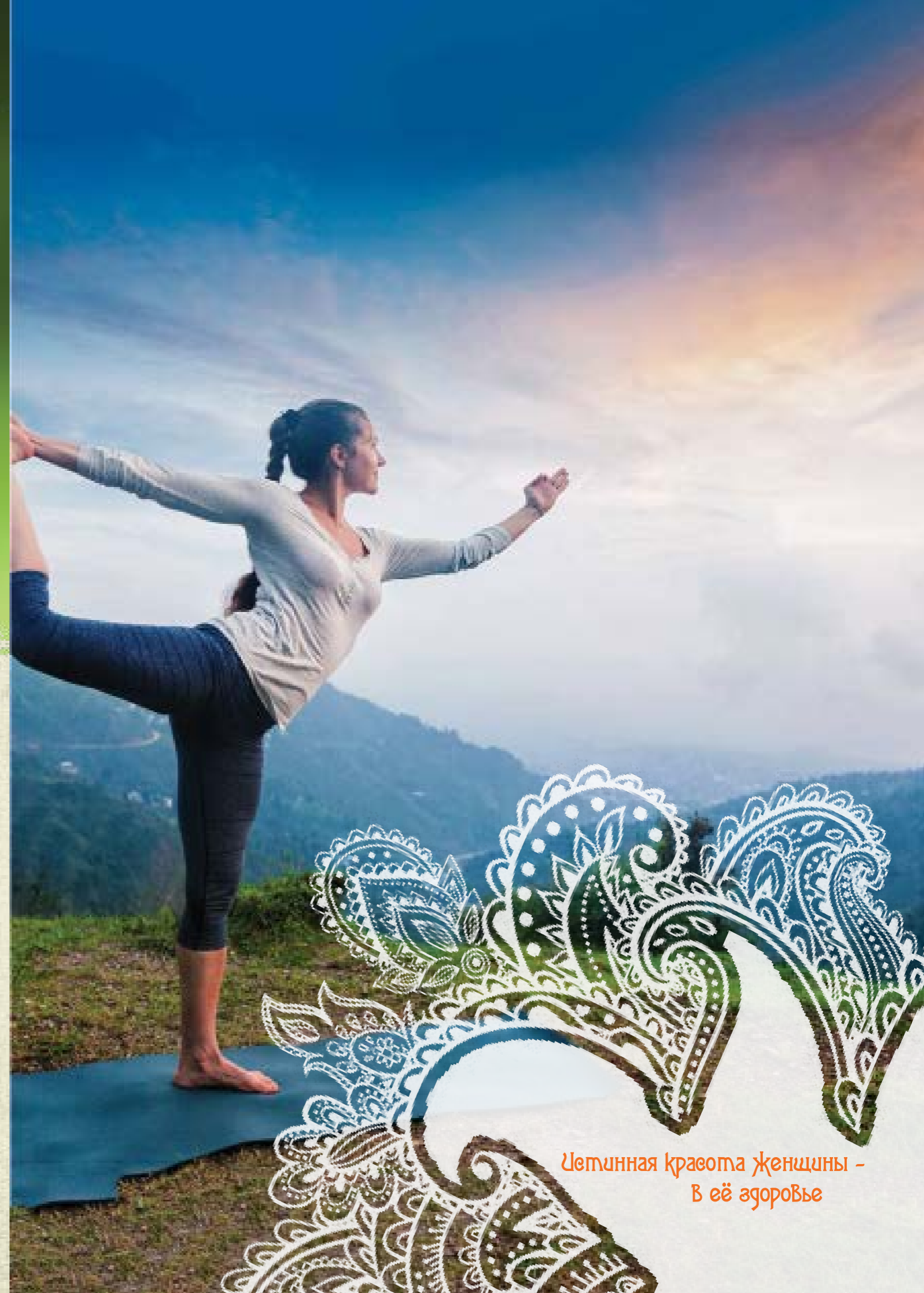
Когда к нам обращаются

На протяжении 12 лет к нам приезжают женщины со всех уголков мира. К сожалению, многие из них допускают развитие заболеваний до критической стадии. Аюрведическая медицина даёт позитивные результаты при лечении самых различных заболеваний. Многие наши пациенты избавились от давних проблем и обрели крепкое здоровье.

Не ждите, когда болезнь заявит о себе. Аюрведа имеет в своем арсенале всё необходимое для поддержания женского здоровья, молодости и красоты. А наши врачи, - лучшие в этой области!

Если же Вы попали в сложную жизненную ситуацию – сделайте «ход конём», оставьте всё и приезжайте к нам!

Вы удивитесь, насколько эффективна аюрведическая практика для решения психологических проблем и восстановления душевного равновесия.



Цветинная красота женщины -
В её здоровье



Клиника

«Аюрведа Бхаван» была основана 10 сентября 2006 года. Клиника расположена на берегу Священной Ганги, в уникальном по красоте месте, в предгорьях Гималаев, в мировой столице йоги и месте паломничества тысяч верующих – городе Ришикеш.

Методы традиционной аюрведической медицины мы адаптировали для физиологии европейского человека, сделав процедуры более мягкими и безопасными, сохранив при этом их эффективность.

Горный воздух, лучшие аюрведические врачи, уютные комфортные номера отеля клиники и атмосфера спокойствия и заботы по истине творят чудеса. Это подтвердили более 6 500 наших посетителей, 70% которых возвращаются в клинику ежегодно.

Мы – единственные в Ришикеше, кто держит мировой стандарт оказания Аюрведических услуг.

Мы предлагаем прохождение процедур в сочетании с хорошим отдыхом, экскурсиями, консультациями по аюрведическим препаратам и здоровому образу жизни. Вы узнаете, как применять аюрведические знания для поддержания здоровья в повседневной жизни.

Комфорт снаружи – комфорт Внутри

«Аюрведа-Бхаван» расположена на огороженной территории, в чистом и престижном районе города. Проживание в уютном и комфортном гостиничном номере клиники благотворно влияет на ход лечения, тем более, что все расположено рядом: процедурные кабинеты, холлы для занятия йогой, кухня, столовая, номера.

В каждом номере своя ванная комната и туалет, где Вы найдете аюрведический шампунь, гель для тела и чистые полотенца. Из окон открывается прекрасный вид на предгорье Гималаев и растительный мир гостеприимной Индии.

Наличие балкона или террасы позволяет провести вечер за чашечкой аюрведического чая, в атмосфере расслабленности и умиротворения, наслаждаясь чистым горным воздухом с примесью запаха акации и благовоний. А мелодичные религиозные песнопения, доносящиеся с разных сторон, мягко погрузят Вас в культуру мистической Индии.



11 пунктов, которые делают нас особенными

- ☞ Вас диагностируют и назначают программу лечения лучшие специалисты по Аюрведе в Индии.
- ☞ Врач наблюдает за ходом проведения терапии на протяжении всего периода лечения.
- ☞ Терапия полностью адаптирована под особенности физиологии и конституцию европейцев.
- ☞ Все лекарственные препараты заказываются только у проверенных поставщиков Индии, либо готовятся нашими врачами специально для Вас.
- ☞ Для процедур мы используем только лучшее и свежее масло.
- ☞ Продукты питания завозят каждый день и не используются повторно после приготовления.
- ☞ Трижды в день повар готовит персонально для Вас.
- ☞ Мы используем комплексный подход: аюрведические процедуры + диета + йога + консультации.
- ☞ Вы проживаете в чистой и просторной комнате с балконом, туалетом и ванной комнатой, окнами на улицу в тихом районе Ришикеша + бесплатный wi-fi.
- ☞ Русскоязычный персонал всегда поможет Вам с переводом.
- ☞ Вам предоставляется трансфер в/из аэропорта до клиники.



Главный врач Клиники Аюрведы и Панчакармы

Доктор В. К. Шривастав

Начал практику в качестве аюрведического врача с 1982г.

Окончил Бихарский университет (1975-1981) врач терапевт, по специальности аюрведический врач. Пульсовая диагностика (курс 3 года), панчакарма терапия, травяной косметолог, специалист по терапевтической йоге

Дата рождения 04.06.1957

С 1993 по 1995 год - Директор отдела Аюрведы в Махариши, Интернэшнл Аюрведа Махариши Нагар Центр

С 1995 по 1998 год - Главный врач Аюрведического центра, Ришикеш
с 1998 по 2001 год - Главный врач Клиники Аюрведы и Панчакармы (Франция, Маврикий)

2001-2010 гг. - Главный Аюрведа и Панчакарма Ришикеш (Аюрведа Бхаван)

2010 -2020 гг.- Главный врач куличик Аюрведы и Панчакарма, Главный доктор, Образовательные курсы и консультации по Аюрведе в России, Украине, Казахстане, Шри-Ланке, Корею, Таиланде, Дубае



Старший врач-терапевт «Аюрведа-Бхаван»

Эксперт по вопросам красоты и здоровья женщины
Бакалавр аюрведической медицины и хирургии

Доктор Видья Рани Дужоши

Более 10 лет аюрведической практики.

Специалист пульсовой диагностики и проведения панчакармы.

Основная специализация: профилактика гинекологических заболеваний, проблем с кожей, выпадения волос, а также ряда тяжелых и хронических болезней, таких как: диабет, герпес, болезни органов пищеварения, опорно-двигательного аппарата и многих других.

Разработчик ряда уникальных программ: «Здоровье и Красота Женщины», «Подготовка к беременности и восстановление после родов», «Здоровый Ребенок», «Омоложение организма Женщины», «Коррекция формы и упругости груди», «Устранение уплотнений в груди», «Снижение веса и коррекция фигуры», «Идеальная кожа», «Аюрведа для йоги и фитнеса», «Аюрведа для деловых Женщин», «Восстановление душевного покоя и равновесия».



Когда мы можем быть полезны

Заболевания груди

Доброкачественные опухоли: мастопатия, мастит, макро и микромастия, фиброаденома и кистозные образования.

Гинекологические проблемы

Синдром поликистозных яичников, фиброз, фиброма, молочница, инфекции мочеполовых путей, цистит, сухость шейки матки, нарушение менструального цикла, болезненные месячные, ПМС, герпес, эрозия шейки матки, проблемы менопаузального периода.

Проблемы, связанные с беременностью

Восстановление после родов, выкидыша или аборта, бесплодие, потеря либидо, обвисшая грудь.

Психологические проблемы

Депрессия, панические атаки, хронический стресс, раздражительность и бессонница.

Другие

Лишний вес и ожирение, гормональный дисбаланс, болезни кишечника, сахарный диабет, выпадение волос, псориаз, герпес, желчнокаменная болезнь, гепатит, аллергия, преждевременное старение.



Что будет происходить в клинике

Сразу после приезда Вас ждет консультация с аюрведическим доктором, который проведет диагностику состояния Вашего здоровья. Он определит схему лечения, время начала ежедневных процедур, назначит специальную диету и, в случае необходимости, прием аюрведических препаратов.

Каждое утро Вы сможете начинать с мягкой практики йога-терапии под руководством инструктора. Все упражнения направлены на усиление терапевтического эффекта проводимых аюрведических процедур и адаптируются под Ваши физические возможности.

Ежедневно, один или два раза, в зависимости от выбранного курса, Вы посещаете терапевтическое отделение для проведения от шести до восьми различных процедур. Продолжительность каждого сеанса составляет 1,5 - 2 часа.

В зависимости от продолжительности курса лечения Вам проведут от 20 до 150 различных аюрведических процедур.

На протяжении всего срока лечения Вы будете располагать временем для экскурсий, а также посещения местных рынков и магазинов.

Для закрепления полученного эффекта от пройденного курса терапии, Вам будут даны конкретные рекомендации по питанию и образу жизни. Также, Вам назначат аюрведические лекарства для приема в течение последующих двух - трех месяцев.

Что мы делаем, и как это работает

Очищение организма

Панчакарма. Комплексная программа аюрведических процедур, направленная на очистку организма от накопленных токсинов и шлаков. Помогает наладить правильное функционирование всех внутренних органов и систем организма, восстановить баланс тела, ума и сознания, а также получить максимальную пользу от аюрведических препаратов, терапии женских заболеваний и косметологических процедур.

Специальные процедуры для женщин

Специальная аюрведическая терапия, зарекомендовавшая себя высокой эффективностью на протяжении тысячелетий и направленная на профилактику и лечение ряда женских заболеваний. Основными направлениями терапии являются: предотвращение гинекологических проблем и заболеваний груди, восстановление гормонального баланса, решение проблем, связанных с беременностью, лишним весом, кожными заболеваниями и выпадением волос.

Косметологические процедуры

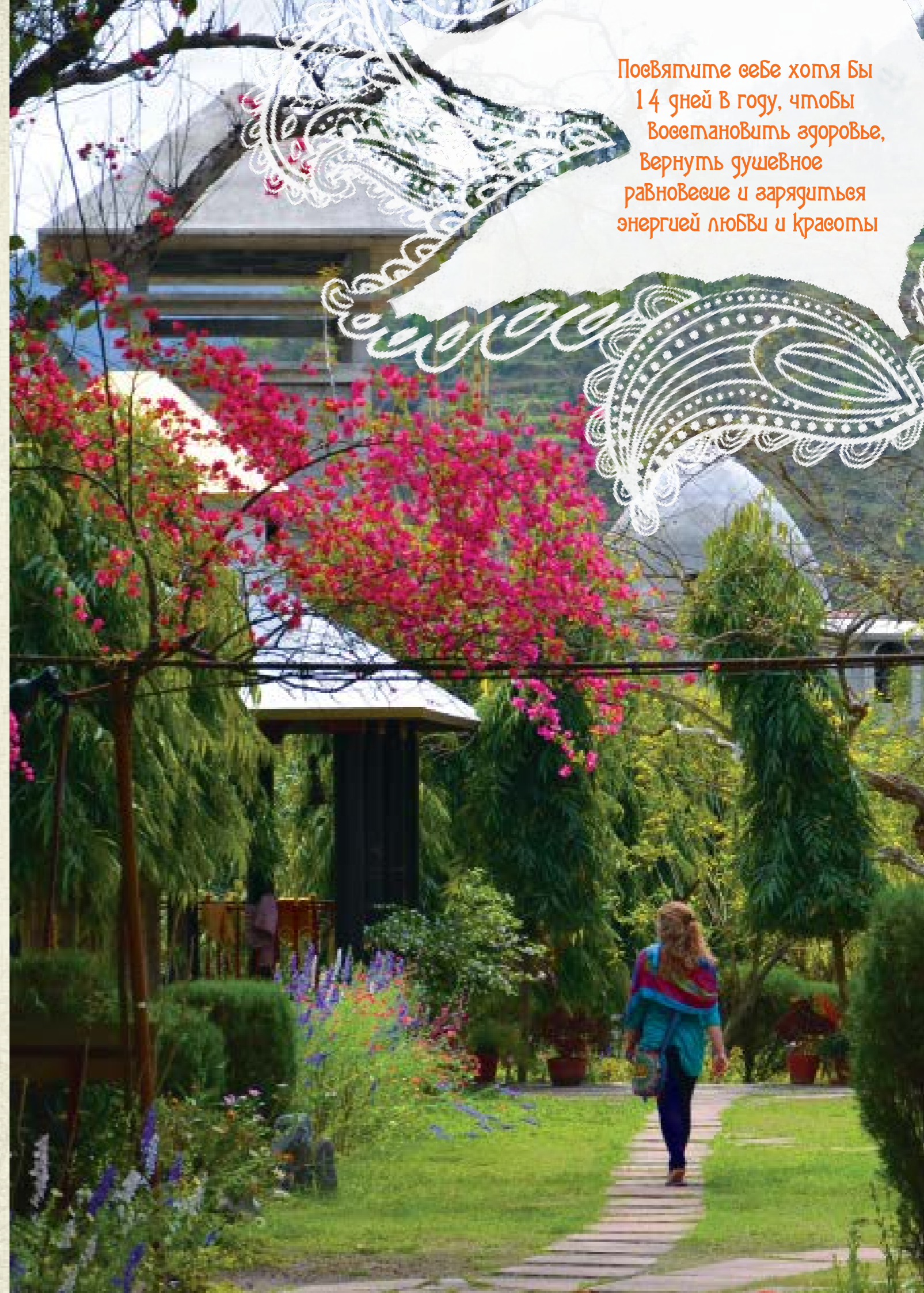
Аюрведические процедуры, направленные на устранение проблем с кожей и улучшение внешнего вида женщины. Воздействуя на молекулярном уровне, они помогают устранить саму причину тех или иных недостатков и восстановить естественную красоту женщины, заложенную в нее самой природой. Полный список процедур насчитывает более 50 различных практик, включающих в себя:

- Многоцелевые скрабы для тела
- Различные типы масок для лица
- Процедуры для ухода за волосами
- Маски для тела и обертывания

Все используемые при проведении процедур косметические препараты состоят из компонентов натурального происхождения и назначаются строго индивидуально, с учетом природной конституции женщины.



Посвятите себе хотя бы 14 дней в году, чтобы
Восстановить здоровье,
Вернуть душевное
равновесие и зарядиться
энергией любви и красоты



АБХЪЯНГА

Необыкновенно расслабляющий и согревающий аюрведический массаж тела с применением большого количества масла, настоянного на травах, и подобранного индивидуально для каждого пациента. Выполняется в четыре руки двумя техниками.

Оказывает оздоровительный эффект на тело, душу и разум. Укрепляет нервную систему, снимает чувство беспокойства и усталости. Улучшает качество сна, заряжает энергией и способствует душевному равновесию. Улучшает систему кровообращения: очищает организм от шлаков и токсинов. Повышает иммунитет и замедляет процесс старения. Борется с ожирением, снижает артериальное давление, укрепляет зрение. Излечивает заболевания кожи головы и волос.

Широдара

Проливание головы тёплым маслом. Масло тоненькой струйкой льется на особые точки на лбу. Это приводит к состоянию глубокого расслабления, снимает усталость и нервное напряжение. Оказывает сильный терапевтический эффект при хронической депрессии и накопившемся стрессе. Процедура помогает восстановить душевное равновесие, избавляет от головных болей, бессонницы и переутомления. Улучшает память и зрение. Нормализует артериальное давление и общее физическое состояние. В косметических целях эффект сравним с действием ботокса, – способствует расслаблению мышц лба, улучшает состояние кожи и выравнивает ее структуру.

Насья

Мощная лечебная процедура для носа, приносящая немедленное облегчение. Специальное масло, вкупе с травяными отварами сначала вдыхается носом в виде пара, а затем прокапывается в виде маслянистого лекарственного препарата. Улучшает проходимость верхних дыхательных путей. Стимулирует работу мозга. Снимает чувство тревожности и улучшает сон. Является эффективным средством для лечения головных болей, мигрени, синусита, ринита, астмы, невралгии, болей в шее и плечах. Укрепляет зрение. Является замечательной профилактикой сезонной аллергии. Предотвращает преждевременное появление морщин и седины.



Сведана

Прогревание в травяной паровой бане. Аюрведическая процедура, заключающаяся в распаривании тела паром из отвара индивидуально подобранных целебных трав. Пар окутывает все тело, глубоко проникая и очищая его. Интенсивное потоотделение способствует активному выведению шлаков и токсинов из организма. Сведана улучшает циркуляцию крови и лимфы, прогревает спазмированные участки, открывает поры кожи и активизирует мембраны клеток. Данная процедура очень эффективна для снижения веса, сжигания жира, уменьшения объема бёдер и талии, а также устранения целлюлита. Приводит к ярко выраженному омолаживающему эффекту, устраняет скованность, спазмы и боли в мышцах и суставах. Кожа становится нежной и шелковистой. В теле и уме появляется лёгкость и гибкость.

Патра потли

Прогревание мешочками, наполненными свежими листьями и обжаренными в лечебном масле, является одним из видов Сведаны. При данной процедуре, все тело сначала обильно поливают теплым лекарственным маслом. Затем, предварительно разогретыми в масле травяными мешочками, с помощью особой массажной техники вбивания, распределяют масло по всему телу. Данная процедура показана при суставных болях, болях в спине, ревматических заболеваниях, отёках, нарушении кровообращения, а также во время проведения восстанавливающей терапии опорно-двигательного аппарата.

Навара кури

Наиболее эффективная разновидность Сведаны. При проведении данной процедуры осуществляется тройное воздействие на тело: промасливание, прогревание и питание. В процедуре используются тёплые, пропитанные специальным лечебным составом рисовые шарики, которыми производится массаж тела. Массаж питает, прогревает и укрепляет все тело. Навара Кири предназначена для устранения таких проблем как: мышечная дистрофия, дегенеративные заболевания суставов, артриты, артрозы, паралич, головные боли, плохое кровообращение, синдром хронической усталости, общая зашлакованность организма преждевременное старение.

Пижичил

Одна из редких и специальных терапевтических процедур, которую проводят только в Индии. Выполняется одновременно двумя терапевтами, работающими синхронно. Теплое лекарственное масло выдавливают на тело пациента из кусков льняной ткани, позволяя ему ритмично литься. Равномерно распределяя масло по телу, соблюдается определенный ритм и последовательность нанесения. Данная терапия основана на глубоком прогревании мягких тканей, снятии стресса и полном расслаблении.

Это эффективное средство для лечения различных травм (в том числе спортивных), невралгии, мышечных спазмов и дисфункций, болей в спине, люмбаго, ишиас, паралича, заболеваний суставов, а также устранения стресса и переутомления.

Удвартана

Специальный редуцирующий массаж с использованием сухих мелко помолотых трав или травяной пасты, приготовленной на основе лечебных масел. Нормализует работу всех систем организма. Выполняется синхронно двумя терапевтами. Увеличивает скорость метаболизма и усиливает лимфо- и кровоток. Снижает уровень холестерина в крови, выводит токсины и шлаки из организма. Препятствует слипанию клеток в жировой ткани, очищая межклеточное пространство. Способствует выведению лишней жидкости из организма и коррекции веса. Убирает видимые признаки целлюлита. Комплексное применение Удвартана укрепляет и омолаживает кожу, позволяя ей оставаться упругой при больших потерях веса. Эффективна для лечения кожных заболеваний и улучшения цвета лица. Наполняет тело энергией, придавая ему легкость и подвижность. Снимает мышечные спазмы. Избавляет от болей в суставах, а также при ушибах и растяжениях связок.

Тарпан

В переводе с санскрита «тарпан» означает насыщение питательными веществами. Терапевты устанавливают «колодец» из теста в определенную часть тела с целью прогревания, питания или очищения.

В панчакарме существует несколько видов Тарпан:

Грива Тарпан – для шеи;

Хридайя Тарпана — для груди;

Кати Тарпан – для поясничной области;

Джану Тарпан – для коленей;

Нетра Тарпан – для глаз.



Нетра-тарпан

Специальная восстанавливающая процедура для глаз, при которой используется специальное лечебное масло. Вокруг глаз пациента делается ванночка из теста, которую затем наполняют маслом. Пациент медленно открывает глаза и делает ими несколько вращательных движений. Процедура особо полезна при конъюнктивите, глаукоме, близорукости, раздражении и сухости глаз. Останавливает дегенеративные изменения сетчатки глаз и зрачков. Усиливает зрительный нерв и ресничную мышцу. Эффективна при поражении роговицы и других серьезных заболеваниях глаз. С помощью нескольких процедур можно нейтрализовать ухудшение зрения, вызванное диабетом. Рекомендуются для тех, кто много работает за компьютером или имеет постоянную нагрузку на глаза.

Массаж лица

Этот уникальный вид аюрведического массажа основан на древних терапевтических принципах Аюрведы. Во время массажа, с помощью особых массажных приемов оказывается воздействие на особые энергетические точки на лице. Глубокая работа с мягкими тканями, кожей, подкожной клетчаткой и мимическими мышцами активизирует кровообращение, подтягивает кожу лица и разглаживает морщины. При этом, в кожу втирается специальное масло с травами. Происходит питание, очищение и детоксикация кожи, позволяющие оздоровить кожу лица изнутри. Кожа становится мягкой, эластичной, гладкой и упругой. Массаж устраняет хроническое напряжение лица, способствует общей релаксации и избавлению от стресса.

Аюрведическая маска

Аюрведическая маска питает и очищает кожу лица. Маска состоит из аюрведической комбинации трав, подбираемых индивидуально для каждой женщины, в соответствии с особенностями ее кожи и конституции. Процедура включает в себя мягкий массаж, отпаривание травами, тонировку и увлажнение. Маска омолаживает и насыщает кожу необходимыми витаминами и минералами, оказывая воздействие на молекулярном уровне. Кожа становится заметно более здоровой, упругой и мягкой.

Процедуры панчакармы

Басти

Аюрведическая клизма, при которой, индивидуально подобранные лекарственные отвары и масла, вводятся в организм через прямую кишку. Это одна из важнейших процедур панчакармы. Приблизительно половину всех болезней можно лечить с помощью Басти. Процедура приводит в баланс все системы организма. Эффективно избавляет тело от токсинов и шлаков, питает кишечник, восстанавливая его нормальную функциональность. Замедляет процесс старения, увеличивает продолжительность жизни, усиливает иммунитет и улучшает активность мозга. Очень эффективна в устранении таких проблем как: запор, сексуальные расстройства, почечные колики, пояснично-крестцовый радикулит, артрит, ревматизм, подагра и т.д. Полезна в лечении головных болей, нервных расстройств и истощения. Делает голос приятным и нормализует цвет кожи.

Не стоит беспокоиться или смущаться перед этой процедурой, она проходит совершенно комфортно.

Шодхана Басти (Большая клизма)

Это интенсивная очистительная аюрведическая процедура, призванная максимально эффективно очистить кишечник и все системы организма от шлаков и токсинов, накопленных вследствие неправильного питания, вредных привычек, стрессов и нездоровой экологии. Помимо очистительного эффекта, Шодхана Басти восстанавливает иммунную систему, увеличивают сперматогенез и укрепляет жизнеспособность организма.

Матра Басти (маленькая клизма)

Свойства Матра Басти в большей степени лечебные. В данной процедуре используются специальные травяные масла, экстракты и дополнительные ингредиенты, индивидуально назначаемые аюрведическим доктором. Матра Басти смазывает и питает пищеварительную систему после очистительного эффекта Шодхана Басти. Дает ощущение счастья, придает сил, улучшает пищеварение, аппетит и цвет лица.

Падабхьянга

Аюрведический массаж стоп и икр с использованием специального лечебного масла, прописываемого аюрведическим доктором после консультации. При проведении Падабхьянга оказывается воздействие на особые энергетические точки, расположенные на стопах. Процедура улучшает кровообращение, укрепляет связки, сосуды и капилляры ног. Повышает тонус мышц. Помогает улучшить зрение. Рекомендована при бессоннице, беспокойстве и других вызванных стрессами нарушениях.



Косметические процедуры для женщин

Специальный аюрведический курс процедур, направленный на решение любых проблем с кожей и на улучшение внешнего вида женщины. Глубокое воздействие используемых процедур устраняет саму причину тех или иных недостатков и восстанавливает природную красоту женщины.

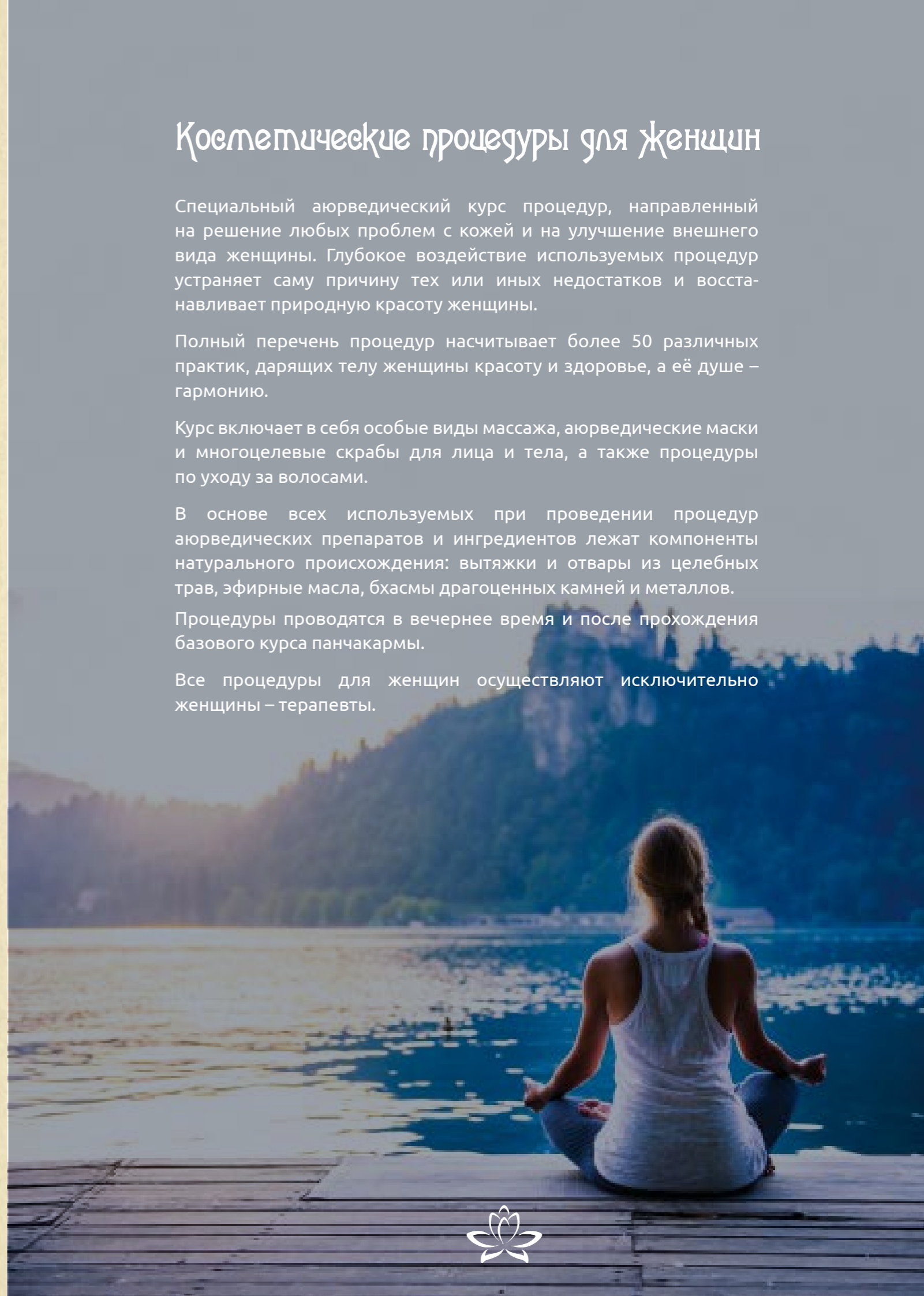
Полный перечень процедур насчитывает более 50 различных практик, дарящих телу женщины красоту и здоровье, а её душе – гармонию.

Курс включает в себя особые виды массажа, аюрведические маски и многоцелевые скрабы для лица и тела, а также процедуры по уходу за волосами.

В основе всех используемых при проведении процедур аюрведических препаратов и ингредиентов лежат компоненты натурального происхождения: вытяжки и отвары из целебных трав, эфирные масла, бхасмы драгоценных камней и металлов.

Процедуры проводятся в вечернее время и после прохождения базового курса панчакармы.

Все процедуры для женщин осуществляют исключительно женщины – терапевты.



Трифала удвартана

Triphala действует на все типы тканей организма питая, очищая и омолаживая их, и заслуженно считается панацеей от многих болезней. Массаж с *Triphala* нормализует кровообращение и обмен веществ. Улучшает состояние сосудов и капилляров. Очищает кровь, регулирует кровяное давление и выработку гемоглобина в крови. Способствует снижению лишнего веса, коррекции фигуры, а также лечению целлюлита и варикоза. Предотвращает отложение жиров. Увеличивает половую активность, тонизирует и укрепляет мышцы, ускоряет сращивание сломанных костей и замедляется процесс старения. Тело становится более подтянутым, рельефным и привлекательным. Используется для лечения кожных заболеваний, укрепляет, очищает и «оживляет» кожу, делая её более упругой, чувствительной и нежной. Помимо выраженного лечебного и косметического эффекта, данная процедура доставляет редкое чувственное наслаждение, расслабляя и тонизируя одновременно. Лечит бессонницу, снимает скрытые последствия длительных стрессов и нервное напряжение. Является уникальным противовоспалительным средством для борьбы с острым панкреатитом. Нормализует функции желудочно-кишечного тракта. Незаменима для людей, страдающих диабетом.

Синапис и куркума удвартана

Специальный вид *Sinapis*, богатый такими минералами, как кальций, магний, фосфор, калий и витамин А. Особый вид *Curcuma* является естественным противовоспалительным соединением и мощным антиоксидантом. Комбинация этих специфических ингредиентов эффективна при лечении кожных заболеваний, таких как экзема, акне, контактный дерматит и т. д.

Хордениум и куркума удвартана

Обычно первые признаки старения появляются на лице и теле в возрасте тридцати лет. Специальный вид гардении, который мы используем, богат селеном, помогающим поддерживать эластичность кожи и предупреждать атаку свободных радикалов. Процедура полезна при борьбе с прыщами и последствиями акне. Специальная комбинация *Hordeonium & Curcuma* с массажем Удвартана интенсивно увлажняет кожу, надолго сохраняя её мягкость и упругость.

Грязевая Ванна

Естественное решение для многих проблем с кожей. Лечебная грязь, известная также как земля Фуллера, представляет собой богатый минералами глинистый материал, который оказывает успокаивающий и охлаждающий эффект. Этот богатый источник минералов, таких как магний, кремний, кварц, кальций, железо, кальций и доломит уже давно используется в качестве ингредиента красоты.



Маска для лица с алоэ Вера

Для проведения данной процедуры мы используем свежую мякоть алоэ и некоторые другие растительные ингредиенты. Алоэ хорошо подходит для чувствительной и подверженной раздражению кожи. В составе маски для лица алоэ вера глубоко проникает в кожу, одновременно запуская процесс регенерации клеток, питая и стимулируя в ней обменные процессы. Это делает кожу более упругой и одновременно нежной.

Алоэ содержит витамины А, С, Е, В, а также йод, железо, цинк, кремний, фтор, натрий, медь. Алоэ прекрасно заживляет царапины, ссадины, раны и порезы, а также помогает устранить раздражение, ожог кожи, покраснение, воспаление и зуд.

Маска для лица с розой и сандалом

Аюрведическая сухая маска для лица, очищает, увлажняет и питает кожу. Это лучший способ разгладить морщины, улучшить цвет лица, сделать кожу сияющей и эластичной. Маска состоит из смеси аюрведических трав, сушеных лепестков роз и древесины сандалового дерева. Процедура приводит к ярко выраженному омолаживающему эффекту и эффективно чистит поры. Кожа приобретает здоровый вид и бархатистость. Аромат розы улучшает настроение и избавляет от депрессии.

Медовый массаж

Мед обладает многими целебными свойствами, благодаря которым он широко используется в народной медицине. Широкий диапазон полезных свойств меда обусловлен его составом: 75-80% углеводов: фруктоза, глюкоза, сахароза; витамины; минералы; макро- и микроэлементы; незаменимые аминокислоты. Он обладает мощными антибактериальными и антисептическими свойствами. Эффект медового массажа ощущается уже после первого сеанса. Он придает жизненных сил, улучшает кровообращение, лимфоток и обмен веществ. Обладает успокаивающим и омолаживающим эффектами. Очищает, увлажняет, питает и повышает эластичность кожи.



Косметические процедуры для женщин

Лечение Волос

Процедура лечения волос направлена на укрепление и питание корней волос, а также увеличения микроциркуляции крови в коже головы. В результате чего поврежденные волосы восстанавливаются, активизируется их рост и улучшается общее состояние. Волосы становятся густыми, крепкими и шелковистыми. Высококачественные аюрведические ингредиенты, используемые для данной процедуры подбираются индивидуально, исходя из состояния волос.

Фруктово-йогуртовое обертывание для тела

Сливочный крем, обогащенный экстрактами фруктов и трав, массажными движениями наносится на кожу, стимулируя выработку в ней коллагена и эластина. Данная процедура активно способствует омоложению кожи, делая её мягкой и невероятно гладкой.

Маска для лица с нимом

Это антибактериальная очищающая маска для лица, регулирующая выделение кожного жира, очищающая поры и предотвращающая появление прыщей. Дерево ним известно своими лечебными свойствами и является неотъемлемой частью аюрведической медицины, особенно в части ухода за кожей. Оно лечит кожу на молекулярном уровне. Из-за того, что ним обладает высоким содержанием витамина Е и богато жирными кислотами, маска не сушит кожу.









График процедур, используемые ингредиенты и диета назначаются индивидуально после консультации с аюрведическим доктором!



Программы красоты и здоровья для женщин








Отложение и де-стресс

Утро	1	2	3
Вечер	1	2	3

-  ~ 3 дня
-  ~ 12 часов
-  ~ 20 процедур
-  Лечебная терапия для женщин
-  Де-стресс терапия и косметические процедуры
-  Специальные упражнения йоги











Эффективность 70%

Утро	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Вечер	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

-  ~ 14 дней
-  ~ 56 часов
-  ~ 80 процедур
-  Панчакарма
-  Лечебная терапия для женщин
-  Де-стресс терапия и косметические процедуры
-  Специальные упражнения йоги

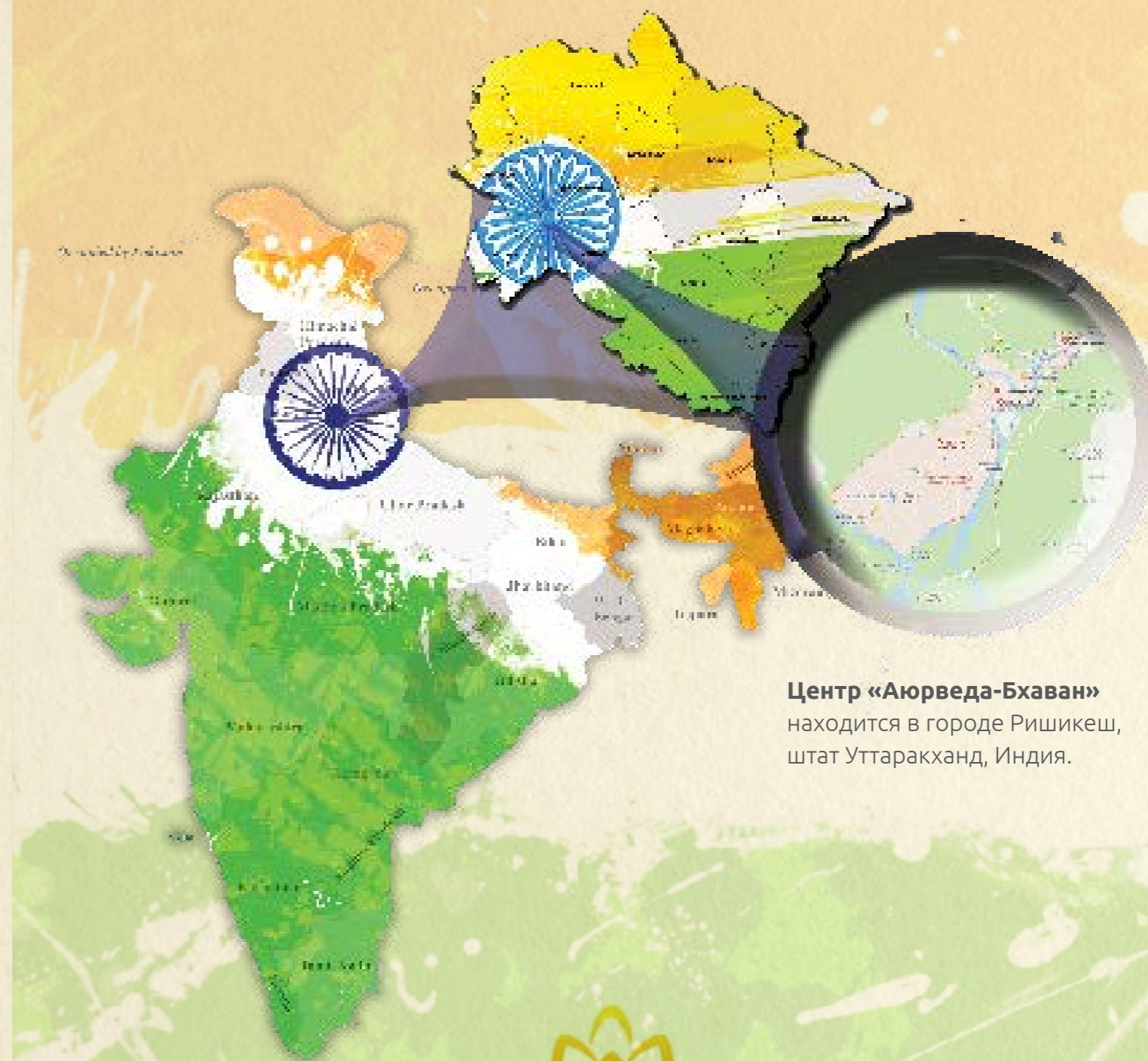
Эффективность 100%

Утро	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Вечер	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21

-  ~ 21 день
-  ~ 84 часа
-  ~ 150 процедур
-  Панчакарма + лечебная терапия для женщин
-  Де-стресс терапия и косметические процедуры
-  Специальные упражнения йоги
-  Отдых
-  Обучение самомассажу лица и тела
-  Обучение самостоятельным ежедневным утренним процедурам
-  Обучение основам Аюрведы о лекарственных средствах и маслах



Где мы находимся?



Центр «Аюрведа-Бхаван» находится в городе Ришикеш, штат Уттаракханд, Индия.





Не откладывайте на завтра –
позвоните прямо сейчас!
Вы удивитесь, насколько
Ваша жизнь преобразится!

Как доехать

Из Ришикеша, Дехрадуна или Харидвара в Ganga Vatika 2 , Rishikesh. Большинство водителей владеют английским языком, но нужно убедиться, что он вас понял и забил адрес в Гугл картах. В коттеджном посёлке Ganga Vatika 2 найдёте коттедж С30, все знают нашу клинику, найти легко .

Точный адрес:

Ganga -Vatika 2, cottage C30 , Muni-Ki-Reti , Rishikesh
(также понадобится при заполнении анкеты на границе)

Адрес в Google Maps: Ayurveda Bhavan At Rishikesh

В Яндексe (менее удобно): Аюрведа Бхаван

На любой случай телефоны (WhatsApp) менеджера в клинике

(говорит на английском и хинди):

+91 89798 10333, +91 94129 16031



Самолет



1 час

Нью Дели (DEL) –
Дехрадун (DED)

- Прямые рейсы, начиная с 7 утра
- Стоимость от 4000 р. в одну сторону
- Бесплатный провоз багажа 15 кг
- Вылет из терминала 1 или 2 (Дели)

Может организовать трансфер

из аэропорта
Дехрадуна



25 мин

Самолеты и трансфер

Самолёты в Дели , аэропорт имени Индиры Ганди (DEL) Большинство рейсов (включая Аэрофлот) прилетает в Терминал 3 (ТЗ) . Прямые рейсы из Москвы ежедневно . Есть рейсы из других городов РФ . Также есть рейсы с пересадками в Ташкенте, Астане и т.д. Билеты в обе стороны обойдутся от 35 000 руб.

При покупке билетов проверьте номер терминала вылета из Дели . Большинство рейсов вылетает из Терминала 1 (30 минут на машине от ТЗ) или Терминала 2 (10 минут пешком от ТЗ. Также есть прямые рейсы в Дехрадун (DED) . Из других аэропортов Индии, например Мумбаи .

Трансфер из аэропорта (отеля) Дели ~4,5 часа на комфортабельной машине , цены около 120 долларов за машину (джип 3 -4 человека) Цены и тип машины, пожалуйста, уточняйте .





www.ayurveda-bhavan.ru

Our address in Rishikesh:

Ganga Vatika-II House C-30-31, Muni-Ki-Reti
Rishikesh - 249192 (Uttarakhand)

Manager in Rishikesh:

📍 📞 : +91 94111 70669 — Puja
✉ : booking@ayurveda-bhavan.com

Менеджер в России:

📍 📞 : +79857624368 — Ольга
✉ : olga@vorobiev.ru

Gestor de España:

📍 📞 : +34 636 20 25 16 — Juan Tafur
✉ : juantafur@hotmail.com