

HARVEST®

No. 1.16
Frühling

Wellbeing

Mehr als "nur" ein SPA

Superfoods

Mythos oder Realität?

Rein mit der Natur

Strahlend-frische Interior-Ideen

Blumige Aussichten

So trägt man Frühling

Special: Jeans

Der Klassiker neu interpretiert

Chefsache

*Unternehmer sind
Formel 1 Piloten!*

Ready,steady, Health

Investition Gesundheit

Premium trumpft

Das Geschäft mit Betongold



CLOSE TO NATURE



Seite 73

Es liegt eine wunderbare Leichtigkeit in der Luft. Eine ansteckende Verspieltheit, Lebenslust aber auch Offenheit und Aufbruchsstimmung. Als würde alles und jeder gierig den lang ersehnten blumig-frischen Duft und die satte Farbenpracht regelrecht einsaugen und Atemzug um Atemzug ein wenig mehr aufblühen. Die schmutzdelige Schwere der vergangenen Monate hastig abstreifen und leichtfüßig neue Wege beschreiten. Apropos abstreifen und leichtfüßig. Wie fit sind Sie? Hat die lange kalte Jahreszeit Spuren hinterlassen, von denen Sie sich freimachen möchten? Nun, dann gönnen Sie Ihrem Körper, Geist und der Seele einfach einen „Refresh“ und bringen Sie sich in „Poleposition“. Je nach Gusto fernab von Allem, in Kombination mit Sport oder mit medizinischer Unterstützung. Wir haben eine kleine aber feine Auswahl an traumhaften Spas und Medical Wellness Resorts für Sie entdeckt, die Sie garantiert wieder in Form bringen.



Seite 77

„Close to Nature“ ist das Motto und der Themenschwerpunkt dieser Frühjahrsausgabe, der sich wie ein roter Faden durch das ganze Magazin zieht. Anziehend, duftend, bewegend und lukrativ. Jede Rubrik beinhaltet eine geballte Portion Naturverbundenheit und auch Nachhaltigkeit. Von A wie anziehende Fashion-Trends mit blumigen Aussichtigungen bis Z wie Zukunft ist Jetzt bei der Elektromobilität. Die Automobilhersteller waren nicht untätig und beweisen, dass sportlich anmutende Optik und geballte PS-Power durchaus in einem E-Auto vereinbar ist.



Seite 64

Lassen Sie sich anstecken von dieser Leichtigkeit und unglaublichen Vielfalt einer blühenden Jahreszeit und inspirieren von unserer bunten Themenvielfalt.

Herzlichst Ihre

Ivona Okanik
Chefredakteurin & Herausgeberin



Seite 89

JUNG- BRUNNEN



"Schönheit kommt von Innen" – heißt es. Stimmt! Denn ein gesunder Körper strahlt eine natürliche Grunds Schönheit aus. Das "Fine-Tuning", übernehmen heilsame und herrlich wohl-tuende Treatments in einer atemberaubenden Umgebung. Eine Gesundheits- und Wellness-Perle, die Medical Beauty wörtlich nimmt: die SHA Wellness Clinic – ein natürlicher Jungbrunnen.

von Ivona Okanik · Fotos: SHA Wellness Clinic



Wie schön es doch wäre, die Zeichen der Zeit einfach wegwischen zu können. Die Uhr ein klein wenig zurückdrehen und vielleicht das Eine oder Andere, mit dem heutigen Wissen, anders machen. Welch ein schöner und zugleich utopischer Gedanke das doch ist! Das biologische Alter, bedingt durch negative Umwelteinflüsse, sündhafte Laster und das Leben auf der Überholspur hinterlassen nunmal in unterschiedlicher Intensität Spuren. Unaufhaltsam und gänzlich unumkehrbar?

Die SHA Wellness Clinic, direkt am Mittelmeer in El Alber, nahe dem malerischen Städtchen Altea, in wunderschöner Hügellandschaft gelegen, hat sich gänzlich der Gesundheit und Schönheit verschrieben. Das Erfolgsrezept ist die optimale Verbindung jahrtausendalter fernöstlicher Techniken mit den neuesten Errungenschaften der westlichen Medizin, um das Gleichgewicht zwischen Körper, Geist und Seele wiederherzustellen. Die individuellen Programme sind darauf ausgelegt, sich vitaler, wohler und jünger zu fühlen und gesünder auszusehen. Dass sich der Körper sowohl innerlich, als auch äußerlich erholt und der Organismus hinsichtlich Alterung und Gesundheit eine grundlegende Änderung erfährt.



▲ Day-Beds in der abendlichen Dämmerung

Ein wahr gewordener Traum

Das Konzept und die Methode der heutigen SHA Wellness Clinic geht auf die persönlichen Erfahrungen von Alfredo Bataller Parietti zurück. Der Gründer litt seit seiner Jugend an einer Krankheit, die eine langjährige, traditionell medikamentöse Behandlung nicht lindern konnte. Durch die Anwendung von natürlichen Heilmitteln und der Befolgung einer Ernährung auf der Grundlage makrobiologischer Prinzipien wurde er Zeuge der Selbstheilkraft des Organismus. Aus diesen Erkenntnissen erwuchs der Traum, einen Ort zu schaffen, an dem Gesundheit, Wohlbefinden und Schönheit vereint sind. Ein Traum, der im Jahr 2008 zur Wirklichkeit wurde.

Seit der Eröffnung blickt die Wellnes Clinic im luxuriösen Ambiente, auf rund 40 internationale Auszeichnungen zurück. Erst kürzlich wurde SHA von Well-

ness Travel Awards 2015 doppelt geehrt, nämlich als "Bestes SPA in Europa" und "Bestes SPA in Spanien". Wenig verwunderlich, denn hier stimmt einfach alles: Die wunderbare Lage inmitten eines unter Naturschutz stehenden Landschaftspark, das milde Mikroklima, eine Küche auf Sternenniveau und eine optimale und individuelle Betreuung durch einen ganzen Stab von Fachärzten und Experten, sowie ein umfassendes Gesundheits- und Wellness-Programm. Im medizinischen Bereich arbeiten Spezialisten, die die modernen Techniken der vorbeugenden Medizin perfekt beherrschen, sowie die besten Meister der fernöstlichen Medizin.

Rundum-Sorglos-Paket

Das umfassende Behandlungsangebot reicht von ästhetischer Medizin inklusive Zahnmedizin, Augenheilkunde, Therapien für einen gesunden Schlaf, Gelenkschmerzen, Rauchentwöhnung, wie auch Be-



▲ ▼ Ein Blick in die Deluxe-Suite

kämpfung von Haarproblemen bis hin zu Diät und Fitness – um nur einige zu nennen.

Spannend ist gerade im Frühjahr das „Healthy-Aging“ Programm, das neben spezifischen Behandlungen auf gesunde Gourmetküche, viel Bewegung an der frischen Luft, Stressreduzierung, ausreichenden Ruhephasen und ganzheitlicher Erholung basiert. Ausgelegt auf sieben beziehungsweise 14 Tage, lernt man nicht nur Ärzte der Genetik und Schönheitsmedizin, sondern vor allem seinen Körper besser kennen. Es ist wie eine Entdeckungsreise zu sich selbst und dem eigenen Jungbrunnen.

Das SHA „Healthy-Aging“ Programm ist einzigartig, da es die präventive Medizin mit den neuesten wissenschaftlichen Forschungen in der Genetik und mit dem Wissen um die Kraft der natürlichen Therapien verbindet.



Preisgekröntes Design

Die SHA Wellness Clinic kommt aus der Feder des renommierten Architekten aus Uruguay, Carlos Gilardi und der preisgekrönten europäischen In-



▲ Entspannen und genießen: Aqua-Relax-Massage

nenausstatterin Elvira Blanco Montenegro. In einem überraschenden Baustil sind fünf voneinander unabhängige Gebäude nur durch Brücken verbunden und beherbergen 93 Suiten. In die Anlage sind großzügig angelegte Schwimmbecken und Wasserfälle, zahlreiche Relax-Bereiche sowie Zen-Gärten integriert.

Vor einem Jahr wurde der Wellbeing Trakt auf großzügige 4.000 qm erweitert. Im Hydrotherapie-Bereich steht sowohl ein beheizter Pool, als auch therapeutische Becken wie die Physio- und Hydromassagebetten, revitalisierende Bäder, Kieselsteinwege, ein Tepidarium sowie Saunen, ein Calidarium, eine Sensationsdusche und diverse Entspannungsbereiche umgeben von Zen-Gärten zur Verfügung. Es gibt auch die Möglichkeit während einer Farb- und Musiktherapie gekoppelt an eine multidimensionale Aqua Relaxing Massage zu entspannen.

Der Behandlungsbereich besteht aus mehr als 80 Kabinen, in denen alle angebotenen medizinischen Services angeboten werden. Hinzu kommen die Bereiche für Hydrotherapie, natürliche Therapien, Akkupunktur, Massagen, Schönheitsbehandlungen sowie eine speziell designte Suite für Paarbehandlungen mit Sommerterrasse. Alle Massagen und Behandlungen können ebenfalls im Freien mit paradiesischen Ausblicken von der Terrasse unter den Palmendächern, die den Infinity Pool umgeben, genossen, oder aber in der eigenen Suite in Anspruch genommen werden.

SHA-Signature-Küche

Das Restaurant SHAMADI bietet eine sorgsam ausgewählte moderne makrobiotische Küche, die mediterrane und japanische Traditionen vereint und alle Gerichte stets mit biologischen und organischen Zutaten zubereitet. Die gesunde Kochkunst und die therapeu-

tischen Menüs wurden bereits auch mehrfach ausgezeichnet. Somit zeigt sich, dass auch gesunde Gerichte durchaus in der Lage sind, den Gaumen zu erfreuen. ≡

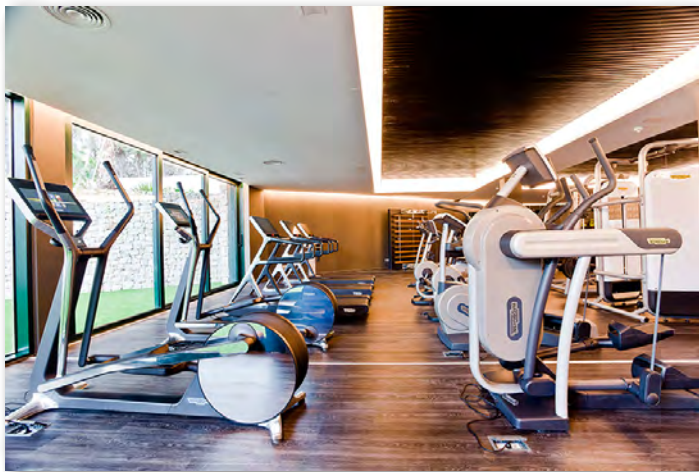
SHA Wellness Clinic

Verderol 5, El Albir • 03581 Alicante – Spain

Reservierungen: +34 966 811 199

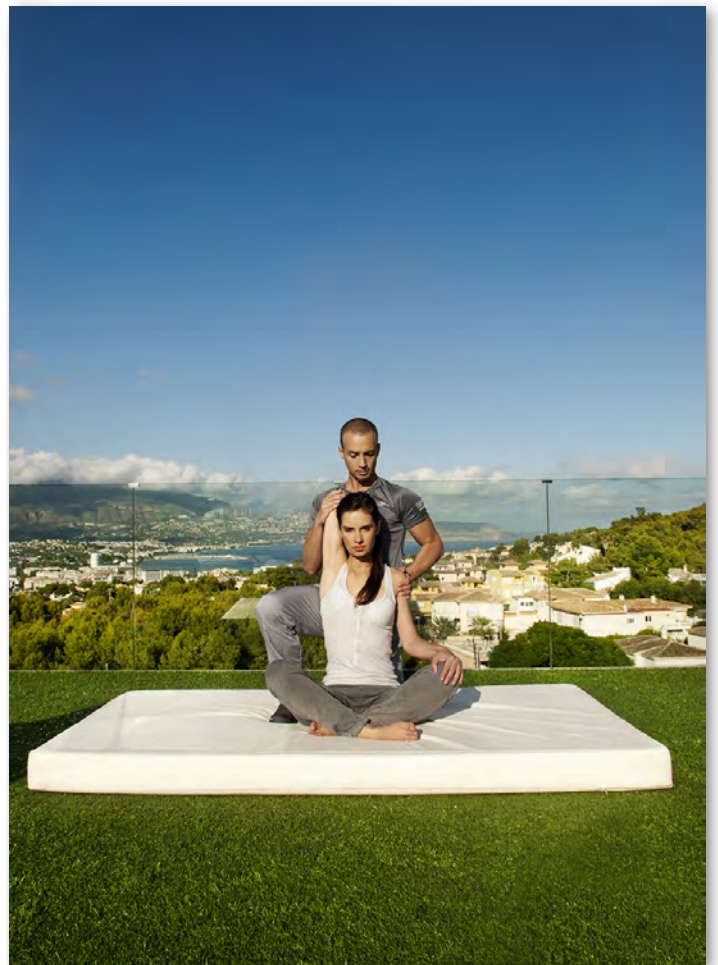
www.shawellnessclinic.com

zur Website 



▲ *Fitness Center mit Panoramafenstern*

▼ *Wohlige Atmosphäre im stylischen Behandlungsraum*



▲ *Workout mit einem Personal Trainer*



Ich möchte künftig das kostenfreie Online-Magazin erhalten und über die Erscheinung sowie News per E-Mail informiert werden.

>> jetzt bestellen

Preview

HARVEST № 2.16

DIE LEICHTIGKEIT DES SEINS

Travel

Sandstrand vs. Bergluft

Enjoyment

Erfrischend: Cocktails & Eistees
Sommerleicht: Die Küche bleibt kalt

Living

Liebungsplätze im Freien: Sonnig bis schattig

Fashion

Metallic & Co.: Future-Style
Fashion-Trends: Leicht und Luftig
Bade-Mode: Badenixen & Wassermänner

Beauty

Pflege: Leicht & Kraftvoll
Make-Up: Farben des Sommers

Drive

Oben ohne: Cabrios + Motorräder

HARVEST Magazin
Waffnergasse 8 · 93047 Regensburg
T: +49 (0)9 41 / 630.876-200 · F: -199
redaktion@harvest-magazin.de
www.harvest-magazin.de

Copyright: HARVEST Magazin, Ivona Okanik

Herausgeberin & Chefredakteurin
Ivona Okanik