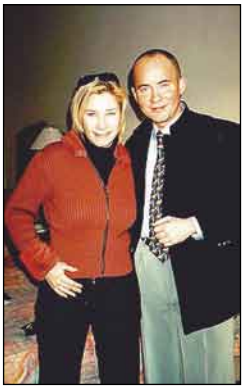
Królewska Kuracja Odtruwająca,

czyli pobyt w Sokrates Spa Club w Lądku Zdroju

Czy czujesz się ospała, ociężała i ogólnie pod psem? Czy skórę i włosy masz matowe i bez życia? Czy całkowicie brak Ci energii? Jeżeli tak właśnie jest, to z pewnością Królewska Kuracja Odtruwająca podziała na ciebie odmładzająco i odświeżająco.



Czy warto się odtruwać…

Toksyny zatruwają człowieka stopniowo. Zazwyczaj łatwo ignorujemy takie objawy jak bóle stawów, głowy, pobolewania niejasnego pochodzenia, zmęczenie lub zwyżkę wagi. Przypisujemy je stresom codziennego życia, bądź naturalnemu procesowi starzenia się. Często jednak bywają one wczesnym ostrzeżeniem, że organizm nie radzi sobie z toksynami tak jak powinien.

Stres w życiu

Każdy stresujący okres w życiu może zaowocować nagromadzeniem toksyn, zwłaszcza kiedy złym nawykom żywieniowym towarzyszy zaniedbanie aktywności fizycznej, brak relaksu i niedostateczna troska o swoje zdrowie. Za brak snu, stresy, niepokój i zaniedbanie aktywności fizycznej organizm płaci wysoką cenę. Gdy przy tym palisz, przyjmujesz regularnie leki lub pijesz dużo kawy, twój biedny organizm musi sobie poradzić z tym większym ładunkiem toksyn.

Sokrates Spa Club dla każdego…

…I tu właśnie może pomóc 12 dniowa Królewska Kuracja Odtruwająca w Sokrates Spa Club prowadzona od 13 lat przez dr Jakowlewa w Lądku Zdroju. Umożliwi odpoczynek przemęczonemu układowi pokarmowemu, pomoże mu w usuwaniu toksyn i przywróci normalny zasób energii. W czasie kuracji nie tylko spalisz zbędny tłuszcz, ale szybko poczujesz się zdrowsza i pogodniejsza.

Uchylając rąbka tajemnicy…

Do malowniczo położonego ośrodka w Lądku Zdroju na Królewską Kurację Odtruwającą przyjeżdżają osoby z różnych stron świata. Przyjeżdżają ludzie młodzi, ludzie starsi a nawet i dzieci. Jedni chcą wyzdrowieć, inni odmłodnieć a jeszcze inni schudnąć, gdyż kuracja ta daje również rewelacyjne efekty w walce z otyłością. **Zgubienie 8-10 kg podczas pobytu to zachęcający początek na trudnej drodze**.

O sukcesie kuracji doktora Jakowlewa przesądziły trzy czynniki: post lub dieta oczyszczajaca, jako naturalne samooczyszczenie się organizmu z toksyn, dotlenienie wszystkich komórek ustroju poprzez odpowiednie treningi oddechowe oraz ćwiczenia fizyczne poprawiające ogólną kondycję.

W programie terapii doktor Jakowlew wykorzystał m.inn. tybetańska metodę Ajur- i Adżurweda, energetyzującą gimnastykę faraonów, Chi gong statyczny, medytację i muzykoterapię. W „ ofercie programowej „ można też znaleźć zabiegi relaksacyjne (wszystkie wykonywane przez doświadczonych specjalistów): **masaże kręgosłupa i całego ciała, akupresurę stóp, masaż bańką chińską, moksoterapię (przyżeganie), świecowanie uszu, elektropunktura oraz wszelkie zabiegi kosmetyczno-odmładzające na twarz i ciało, m.in. GUAM, Fito Mineralis**.

Terapia oddechem

Procesem kluczowym w programie kuracji jest unikalna metoda oddechowa prof. Buteyko. Jej skuteczność wynika z wykorzystania narzędzi, w jakie wyposażyła nas natura. Tak niewiele wiemy o oddechu, a właśnie poprzez oddech wydalamy z organizmu 90% toksyn.

W czasie treningów oddechowych każda komórka w ciele zostaje głęboko oczyszczona i dotleniona, system nerwowy odświeżony i zregenerowany a ciało odmłodzone.

Nauka oddychania – to podsawa metody doktora Jakowlewa.

Głodówkowe survival

Po przyjeździe do Ośrodka, każdy uczestnik turnusu jest przez doktora badany i kierowany na odpowiednią dla niego terapię – albo na post leczniczy, albo dietę oczyszczającą ziarnową (polegającą na jedzeniu ryżu i kaszy oraz otrębów pszennych) i picie herbat owocowo- ziołowych. W czasie

postu organizm samoczynnie przechodzi na tzw. odżywianie wewnętrzne, pozwalające nie tylko na walkę ze zbędną tkanką tłuszczową, ale także na walkę z przyczynami choroby. A schorzeń, z którymi przyjeżdżają tu ludzie jest naprawdę sporo – **astma, nerwica, alergia, migrena, choroby kręgosłupa, serca, stawów, mięśniaki, opuchlizny, nadciśnienie, nadwaga…** Lista całkiem imponująca. Jednym z podstawowych punktów terapii jest ruch na świeżym powietrzu – w formie codziennej nie forsownej gimnastyki: specjalny zestaw ćwiczeń i minimum 30 minutowe spacery po lesie. Do tego dochodzi ok.15 sekund kąpiel w górskim strumieniu.

Kuracji preludium, interludium i postludium

Na dwa tygodnie przed przyjazdem do ośrodka wszyscy uczestnicy proszeni są o wykluczenie z diety potraw pochodzenia zwierzęcego. Na miejscu będzie można zjeść jedynie dziennie maleńkie porcje kaszy lub ryżu, otrąb, które popija się niewielką ilością owocowych herbat. Każdy dzień kuracji zaczyna się zbiorową gimnastyką. Potem czas na kąpiel, a po niej – sumiennie wykonywane ćwiczenia oddechowe. W ciągu dnia zabiegi i spacery po lesie. W ostatnim dniu wszyscy mogą „zaszaleć" na stołówce i zjeść delikatną zupę jarzynową oraz upiec przy ognisku chleb. Do domu wracają mocniejsi, dotlenieni, z unormowanym poziomem hormonów, makro – i mikroelementów oraz zregenerowanym układem nerwowym; lżejsi o 10 kilo i bez toksyn w organizmie. W zdrowym ciele zdrowy duch – z takim ciałem i takim duchem można na nowo podbijać świat.

Efekty kuracji odtruwającej:

Odtrucie poprawi Twój wygląd, samopoczucie, i zdolność zwalczania stresu. Stracisz zbędne kilogramy i nabierzesz pozytywnego stosunku do siebie. Oczy będą jaśniej błyszczeć, skóra się oczyści, poprawi się stan włosów i paznokci. Poczujesz się zrelaksowana i rozluźniona dzięki przywróceniu równowagi w układzie hormonalnym. Zyskasz jasność myślenia i lepszą pamięć.Będziesz lepiej spać. A co najważniejsze będziesz budzić się świeża i wypoczęta!!! ■

Nagrody

Wśród osób, które do dnia 20.08.2005 r. nadeślą na adres redakcji kartki pocztowe z prawidłowym rozwiązaniem konkursu, rozlosujemy dwa 12. dniowe pobyty jednoosobowe w Centrum Szkolenia Ekologicznego SOKRATES w Polanicy Zdroju. Rozwiązanie i lista nagrodzonych w październikowym wydaniu „***TZM***".

Quiz 08/05

1. Jakie czynniki składają się na kurację dr. Jakowlewa?

. . . . . .

2. Co wpływa na gromadzenie się toksyn w organiźmie?

. . . . . .

Sokrates SPA Club
ul.Rostafińskiego 16/15a
50-247 Wrocław

tel. kom. 0 601 999 777
tel. kom. 0 601 882 991
tel./fax 074 / 86 81 245

Informacje i promocje mogą Państwo zobaczyć na stronie internetowej:

www.jakowlew.pl e-mail: biuro@jakowlew.pl

REZERWACJA:

Telefonicznie, faxem lub e – mailem z podaniem terminu turnusu oraz danych osobowych, wówczas otrzymają Państwo mapę dojazdu do naszego Ośrodka oraz dietę przygotowawczą.

Dysponujemy jeszcze wolnymi miejscami w niżej podanych terminach:

05.09.05 – 16.09.05
17.10.05 – 28.10.05
21.11.05 – 02.12.05