

Týdenní detoxikace a regenerace podle ájurvédské medicíny pod vedením MUDr. Davida Freje

Ájurvédská medicína je nejstarší, účinný celostní medicínský systém, uznaný Světovou zdravotnickou organizací. Unikátní **omlazení celého organismu založená na principech ájurvédské medicíny odstraňuje toxiny, regeneruje a omlazuje celý organismus a navozuje rovnováhu.**

Vhodné

1. **U zdravých lidí** *tedy: prevence je vždy lepší než léčení*
 - a) abyste zůstali zdraví!
 - b) pro navození rovnováhy, k odstranění toxinů
2. **Pro regeneraci a omlazení** organismu
3. **Jako léčba pro zvýšení potence a plodnosti**
4. **Vhodné u stresu, jako regenerace a prevence při náročném zaměstnání, u psychických a nervových poruch, roztroušené sklerózy, po oslabení, u nemocích kloubů, kostí, osteoporózy.**

Výsledky

- snížení vysokého krevního tlaku
- nastolení rovnováhy
- posílení imunity
- omlazení organismu
- zlepšenému trávení
- snížení nadváhy
- úpravě menstruačního cyklu
- zvýšenému sebevědomí a pročištění mysli
- hlubšímu a klidnějšímu spánku
- odstranění únavy
- odstranění bolestí a napětí v těle
- zmenšení bolestí v zádech
- odstranění městnání v lymfatickém oběhu
- zlepšení zraku.

Procedury

Ájurvédská regenerace zvaná zahrnuje některé následující procedury:

- pravidelné konzultace s ájurvédským lékařem
- individuální stravu
- léčebná ošetření
- tradiční ájurvédské masáže s použitím speciálních olejů
- aromaterapii a relaxaci léčivou hudbou
- účinnou proceduru širodharu, při níž teplý speciální bylinný olej teče jemným pramínkem na čelo, čímž očisťuje mysl i tělo a uvolňuje nervový systém.
- basti je procedura, při níž se do tlustého střeva aplikují léčivé oleje a odvary. Tato procedura je velmi vhodná pro detoxikaci tlustého střeva
- nasja je jednoduchý postup, při němž se odstraní toxiny nashromážděné v oblasti hlavy, zejména v dutinách, krku, v očích a okolo nich, v uších, atd.

Týdenní detoxikace a regenerace podle ájurvédské medicíny

- netrabasti, při této proceduře se provádí koupel očí. Koupelí očí se odstraní suchost očí a jejich svědění, slzení nebo pálení., očím se uleví a dodá se jim svěžest a lesk.
- srdeční basti je velice zvláštní aplikace oleje na oblast srdce pro osoby trpící poruchami srdce a krevního oběhu. Posiluje srdce, dává mu novou sílu a energii.

Ájurvédské pobyty zahrnují dále hlubokou relaxaci pro hluboké zažití blahodárných účinků z ošetření:

- podávání omlazujících prostředků (není v ceně)
- ájurvédské přírodní kosmetické přípravky (není v ceně, na přání)
- přednášky o zdraví
- celkový klid a odpočinek
- jednocuhé jogínské cvičení

Po pročištění následuje velmi důležitá **omlazovací a regenerační kúra** užíváním regeneračních přípravků na posílení imunity.

Začínáme večeří a končíme snídaní. Účastníci se mohou ubytovávat v neděli odpoledne na pokojích po 1-2 osobách. Doporučujeme teplé oblečení, starší oblečení a ručník (na olejové procedury a masáže), přezůvky, sportovní úbor a karimatku nebo deku na ranní cvičení.

Informace: Tel.: 272765131, mobil: 604960838, fax: 272760985,
e-mail: info@ayurveda.cz, www.ayurveda.cz

Přihlášeným zašleme nebo osobně u nás sdělíme podrobné instrukce.