

WELLNESS FOR ALL

HVD Reina del Mar • Лято 2026

Истинският лукс не е просто пространство. Истинският лукс е начинът, по който се чувстваш.

Какво е Wellness for All?

Wellness for All е авторска концепция на HVD Reina del Mar за цялостно физическо, ментално и емоционално благополучие – за всички поколения. Активностите за деца, тинейджъри и възрастни функционират заедно в единна уелнес екосистема, в която всеки открива своето пространство за възстановяване, движение и вътрешен баланс.

Възрастни

Йога • Aufguss • Термална концепция

13–18 години

Forever Well – Уелнес за тинейджъри

5–12 години

Йога за деца • Медитация • Родители

Уелнес ритуали за възрастни

Програмите за възрастни са създадени като премиум преживяване за дълбоко възстановяване:

- Йога и осъзнатост – специално разработени практики за освобождаване от напрежение, подобряване на концентрацията и качеството на съня
- Aufguss церемонии – сетивно преживяване в сауна, съчетаващо топлина, ароматерапия и техники за детоксикация
- Персонализирана термална концепция – специална уелнес гривна насочва госта през индивидуално подбран ред на сауни, парни бани, солни стаи и релакс зони

Уелнес за тинейджъри – Forever Well (13–18 г.)

6 дни в седмицата – специално разработена програма за изграждане на здравословни навици:

1. **Йога и медитация** – концентрация, управление на стреса, вътрешен баланс
2. **Първи стъпки във фитнеса** – двигателни умения, аеробна активност, мускулна сила
3. **Медитативни и дихателни практики** – горско къпане, тибетски купи, рисуване на мандали
4. **Дигитален детокс** – живот извън екраните, осъзнатост и връзка с природата
5. **Грижа за кожата** – ежедневни ритуали и здравословни хигиенни навици
6. **Опознавателен тур на Спа центъра** – въведение в света на уелнеса за младите

Деца и родители

- Йога за деца (5–12 г.) – практики за концентрация, координация и спокойствие
- Медитативни и дихателни практики за деца и родители
- Клас "Училище за родители" – комуникация с тинейджъри, емоционална интелигентност, качествено семейно време

Важна информация

- Програмата за тинейджъри е предназначена за млади хора на възраст 13–18 години
- Част от активностите изискват предварителна регистрация
- За определени практики се изисква писмено съгласие и/или присъствие на родител

Wellness for All – нашият начин да създадем място, в което всяко поколение може да се почувства по-добре – физически, емоционално и ментално.