

aleàn
collection

03⁽⁴²⁾

ИЮНЬ–ИЮЛЬ 2026

Как защитить кожу на море: инструкция по уходу

стр. 04

Пётр и Феврония Муромские и формула семейного счастья

стр. 28

Персоны Alean Collection: для гостей – с любовью и без аллергенов

стр. 44



НАСТРОЕНИЕ ЛЕТА

МЕГА ВЫГОДА



Летний отдых «Ультра все включено» с выгодой!

- Безлимитное питание «шведский стол» и напитки
- Детский шведский стол и отдельное питание для детей до года
- Оборудованный пляж и аквадермальный комплекс с подогреваемыми бассейнами и горками
- Дети до 15 лет отдыхают бесплатно на дополнительных местах
 - Насыщенная анимация для детей и взрослых
- Профильные Академии спорта и кино, клубы для детей и тинейджеров

Успейте забронировать лето с максимальной выгодой!

Подробности и бронирование



ALEANCOLLECTION.RU

УВАЖАЕМЫЕ ГОСТИ ALEAN COLLECTION!

Наконец-то настала самая радостная летняя пора, когда солнце щедро дарит тепло, а каждый день словно создан для счастья.

В этом номере мы собрали для вас самое важное и приятное: мамы узнают, как правильно защитить кожу от активного солнца, чтобы отдых был только в радость, а папы найдут для себя обзор самых интересных активностей в курортах и курортных отелях **Alean Collection**.

Вдохновляйтесь нашими летними рецептами из сезонных фруктов, которые легко приготовить вместе с детьми, и не пропустите интервью с шеф-кондитером одного из курортов гостиничной сети — он раскроет секреты своего мастерства.

Кроме того, мы подскажем вам лучшие локации курортов и курортных отелей, где можно встретить закат. А для маленьких гостей мы традиционно подготовили детскую страничку с увлекательными заданиями. Скорее открывайте журнал — ваше яркое лето с Alean Collection уже началось!

С наилучшими пожеланиями,
команда Alean Collection

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

КАК ЗАЩИТИТЬ КОЖУ НА МОРЕ: ИНСТРУКЦИЯ ПО УХОДУ	стр. 04
МУЖСКИЕ АКТИВНОСТИ В ALEAN COLLECTION	стр. 12
МАГИЯ НА ЗАКАТЕ: КАК ПРОВЕСТИ ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕЧЕР С ДЕТЬМИ НА ОТДЫХЕ.....	стр. 20
ПЁТР И ФЕВРОНИЯ МУРОМСКИЕ И ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ	стр. 28
ЛЕТО НА ТАРЕЛКЕ: ГОТОВИМ ЛЕТНИЕ ДЕСЕРТЫ С РЕБЕНКОМ	стр. 34
ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА	стр. 40
ДЛЯ ГОСТЕЙ – С ЛЮБОВЬЮ И БЕЗ АЛЛЕРГЕНОВ	стр. 44

Подписывайтесь на журнал





КАК ЗАЩИТИТЬ КОЖУ НА МОРЕ: *Инструкция по уходу*

*На отдыхе в курортах и курортных отелях **Alean Collection** у мам появляется время для себя. Пока профессиональные аниматоры дарят детям море радости и игр, она может наконец-то выдохнуть, насладиться солнцем и шепотом волн.*

Но отправляясь навстречу ласковому южному солнцу, важно позаботиться о самом главном — о своей коже.

Мы составили идеальный, но при этом очень простой маршрут защиты.

ПОЧЕМУ ВАЖНЕЕ НЕ ЗАГАР, А БЕЗОПАСНОСТЬ

На пляже кожу подстерегают три главные опасности: фотостарение, пигментация и обезвоживание. Главное правило морского отпуска звучит просто: защита всегда важнее загара. Ваш верный спутник на пляже — физический (минеральный) солнцезащитный крем с SPF 50+ и PA++++. В отличие от химического, он действует мгновенно, а оксид цинка и диоксид титана совершенно безопасны, даже если ребенок вас обнимет. А чтобы избежать белых разводов, присмотритесь к тонированным версиям.



ЧТО ПОЛОЖИТЬ В ПЛЯЖНУЮ КОСМЕТИЧКУ: «ТАКТИЧЕСКИЙ МИНИМУМ»

Вместо тяжелой косметички — только самое необходимое. Термальная вода в спрее: спасает, когда нет возможности умыться на пляже, снимает покраснение, охлаждает и смывает соль с песком. И, конечно, пантенол в баллончике — скорая помощь на случай, если плечи всё-таки «сгорели».



БОНУС: МАМИН РАЦИОН НА МОРЕ

Красота изнутри — это не скучная диета, а настоящее спасение. Помидоры и арбуз (ликопин — природный внутренний SPF), жирная рыба (омега-3 тушит солнечное воспаление). Вкусно, полезно и очень по-летнему.



СТРАТЕГИЯ «БЫСТРОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ»: ВСЕГО 5 МИНУТ В ДЕНЬ

Утром бережно очистите кожу мицеллярной водой или молочком, затем нанесите сыворотку с витамином С, а сверху — толстый слой SPF 50 лёгкими вбивающими движениями. Не забудьте про уши, шею, зону декольте и даже пробор на голове: кожа головы сгорает мгновенно.

Днём обновляйте SPF каждые полтора-два часа. Даже если на этикетке гордое слово «водостойкий». Соль и песок стирают всё. Маленький лайфхак: солнцезащитный стик, похожий на гигиеническую помаду, — им удобно мазать нос и скулы одной рукой, он не проливается и не размазывается.

Вечером, когда дети уже уснули, устройте себе ритуал двойного очищения: сначала гидрофильное масло (оно смывает SPF), затем мягкая пенка. А после очищения — влажность любой ценой: гель алоэ вера, охлажденный в мини-холодильнике номера, или гиалуроновая тканевая маска. Лежите 10 минут. Это ваши минуты дзена.



СПА-ЭКСПРЕСС: КАК СНЯТЬ «ОГОНЬ» ЗА ПОЛЧАСА

Вы всё сделали правильно: SPF, панамка, тень. Но море есть море. Ребёнок облил водой — и крем смылся. Вы нырнули за игрушкой — и забыли обновить защиту.

Итог: к вечеру плечи «горят», а привычный увлажняющий крем не помогает. Решение есть — и оно в центрах красоты и здоровья, спа-центрах курортов и курортных отелей **Alean Collection**.

Здесь вас ждут не просто расслабляющие процедуры, а полноценная реанимация для уставшей от солнца кожи.



ИДЕАЛЬНЫЙ ОДНОДНЕВНЫЙ РИТУАЛ «КРАСИВЫЙ ЗАГАР»

Это не просто спа-день, а интеллектуальная система подготовки к солнцу. Программа включает гидроаэромассажную ванну «Антистресс», очищение тела шоколадным скрабом и расслабляющий массаж с аромамаслами (60 минут). Кожа после этого ритуала выглядит отдохнувшей, сияющей и максимально готовой к встрече с солнцем. Вы получаете долгосрочную инвестицию в сохранение молодости и красоты.

А если у вас есть чуть больше времени, обратите внимание на расширенное меню летней заботы: увлажняющие маски (интенсивное насыщение влагой глубоких слоёв кожи), обёртывания для успокоения (мягко снимают микростресс и предотвращают покраснения) и спа-ванны, гармонизирующие терморегуляцию.

Все эти процедуры работают как единая система: они не перегружают кожу, но дарят ровно столько защиты, увлажнения и питания, сколько нужно для естественного баланса. В результате вы загораете не «вопреки», а «благодаря» грамотному спа-уходу.

Alean Collection рекомендует: начинайте подготовку за день до первого выхода на пляж. Ваша кожа скажет вам спасибо ровным оттенком загара, отсутствием шелушений и долгой молодостью.



ХАММАМ (ТУРЕЦКАЯ ПАРНАЯ)

Звучит парадоксально, но это работает. В отличие от сауны, здесь низкая температура (всего 35-45°C) и очень высокая влажность. Мягкое парение увлажняет пересушенную кожу, расширяет поры для очищения и не травмирует воспаленный эпидермис. Достаточно посидеть на тёплом мраморе 5-7 минут, чтобы кожа «выдохнула».



КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС

Впечатления, которые остаются с вами!

Отдых – это не только комфорт и сервис, но и эмоции, которые хочется увезти с собой. В **Alean Select Olginka** каждый гость найдёт развлечение по душе – от спокойных прогулок до настоящего экстрима.

ЯХТИНГ И МОРСКИЕ ПРОГУЛКИ

Морская гладь, лёгкий бриз и бескрайний горизонт – прогулка на яхте дарит ощущение свободы и безмятежности. Вы можете выбрать спокойный семейный формат или романтическое путешествие на закате. Купание в открытом море, солнечные фото и незабываемые виды гарантированы.

КОННЫЕ ПРОГУЛКИ

Конные маршруты проходят по живописным тропам с панорамными видами на горы и побережье. Это особенное ощущение – мягкий ритм шага, свежий воздух и полное единение с природой. Прогулки подходят как для новичков, так и для опытных всадников и станут прекрасным вариантом романтического или семейного отдыха.

ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ ДРАЙВА: КВАДРОГИГАНТЫ И ЭНДУРО

Тем, кто ищет яркие эмоции, подойдут экстремальные маршруты на квадроциклах и эндуро. Пересечённая местность, горные подъёмы и скоростные участки подарят настоящий всплеск адреналина. Опытные инструкторы обеспечат безопасность и подберут маршрут в зависимости от уровня подготовки.

Превратите свой отпуск
в нечто большее: пусть отдых
станет источником
вдохновения и новых открытий!
Выбирайте впечатления –
и создавайте собственную
историю приключений.



КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС ALEAN FAMILY BIARRITZ

☎ 1060 ☎ +7 938 870-00-81

КАРБОКСИТЕРАПИЯ + ЛАЗЕРНАЯ БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ: ДВОЙНОЙ ЭФФЕКТ ДЛЯ МОЛОДОСТИ КОЖИ

Хотите, чтобы кожа выглядела свежей, упругой и сияющей без агрессивных вмешательств? Сочетание карбокситерапии и лазерной биоревитализации – это современный и продуманный подход к омоложению, который работает сразу в нескольких направлениях.

Почему именно эта комбинация?

Каждая из процедур эффективна сама по себе, но вместе они усиливают действие друг друга, давая более выраженный и длительный результат.

Как это работает?

КАРБОКСИТЕРАПИЯ

Метод с историей и доказанной эффективностью: впервые его применили ещё в 1932 году во Франции. Сегодня процедура широко используется в эстетической медицине.

Инъекции углекислого газа:

- улучшают микроциркуляцию крови;
- насыщают ткани кислородом;
- стимулируют выработку коллагена;
- повышают упругость кожи.

В результате кожа становится более упругой, «живой» и лучше воспринимает последующие процедуры.

ЛАЗЕРНАЯ БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ

Это неинвазивный способ глубокого увлажнения кожи. С помощью лазера создаются микроканалы, через которые гиалуроновая кислота проникает в глубокие слои кожи.

Это позволяет:

- интенсивно увлажнить кожу;
- восстановить гидробаланс;
- разгладить мелкие морщины;
- улучшить цвет лица и текстуру;
- запустить естественные процессы обновления.



ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

В чем сила сочетания?

Карбокситерапия подготавливает кожу – улучшает кровообращение и обменные процессы. Лазерная биоревитализация закрепляет эффект – глубоко увлажняет и запускает регенерацию.

Результат, который вы увидите:

- заметный лифтинг-эффект;
- глубокое увлажнение и питание;
- ровный тон кожи;
- уменьшение морщин;
- более длительное сохранение результата.

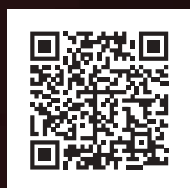
Кому подойдёт программа?

Процедура рекомендована при:

- возрастных изменениях;
- потере упругости кожи;
- тусклом цвете лица;
- сухости и обезвоженности;
- гиперпигментации;
- постакне и рубцах;
- тёмных кругах и отёках под глазами.

Перед началом курса необходима консультация специалиста – врач подберёт оптимальную программу с учётом особенностей вашей кожи и желаемого результата.

Консультация косметолога и физиотерапевта – бесплатная.



ALEAN FAMILY BIARRITZ

☎ 1054 ☎ 1062 ☎ +7 938 442-00-92

Корпус А, Корпус В, этаж 1

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

НОВИНКИ КОСМЕТИКИ



- Солцезащитная косметика от крымского производителя «Дом природы»
- Уходовая косметика от производителя «Анапская косметика»
Глубоко увлажняющая сыворотка для лица с водорослями и молочными пептидами, 30 мл
Увлажняющая пенка для умывания с экстрактом зеленого чая, 150 мл
Глиняная маска для лица с экстрактом красного вина с антиэйдж эффектом, 100 мл

ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

- Полезные лакомства от «Полезнотека»
- Брендированная продукция от «Дары кавказа»



ALEAN FAMILY RIVIERA

+7 919 662-66-23

КОГДА ОТПУСК СТАНОВИТСЯ БОЛЬШЕ, ЧЕМ ОТДЫХ - ВРЕМЯ ЗАБОТЫ О СЕБЕ!

Мы знаем, как редко вы позволяете себе остановиться. И именно поэтому создали в нашем Центре красоты и здоровья сезонные предложения, чтобы каждый день вашего отдыха работал на вас.

ГЛУБОКОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ ТЕЛА

Авторский оздоровительный массаж 90 минут — это медленное возвращение в собственное тело, которое весь год было «на автопилоте».

Гостям, которые выбирают курс из 3 процедур — наш комплимент 10%.

Тем, кто готов к полному перезапуску (курс от 5 процедур) — 15%.

Для тех, кому нужен точечный подход — массаж по проблемным зонам с заботой о каждом узле напряжения. Курс из пяти сеансов — с привилегией 10%.

РИТУАЛЫ ВНУТРЕННЕГО ОБНОВЛЕНИЯ

Иногда телу нужно нечто большее, чем расслабление. Подводный душ-массаж и грязелечение — это древние практики, доказавшие свою эффективность временем. Полный курс из пяти процедур мы предлагаем на специальных условиях — минус 10% от стоимости.

ПРОЦЕДУРЫ, КОТОРЫЕ ВЫБИРАЮТ

Капельницы красоты и здоровья:

- «Золушка» — для сияния кожи и легкости
- «Лаеннек» — японская плацентарная терапия премиум-класса
- «Мужское здоровье» — энергия, тонус, восстановление

Первая процедура — 10%

ЛАЗЕРОТЕРАПИЯ ПО ЛОР МЕТОДИКЕ

Отличное решение для тех, кто хочет уехать из отпуска не только отдохнувшим, но и здоровым. Курс из пяти процедур — 10%.



ALEAN FAMILY DOVILLE

+7 918 040-52-00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

МУЖСКИЕ АКТИВНОСТИ В ALEAN COLLECTION

Распространено мнение, что семейный отель — это в большинстве своём территория для детей и мам. Но в Alean Collection уверены: настоящий мужской отдых не заканчивается с началом школьных каникул.

Пока близкие наслаждаются СПА и анимацией, у сильной половины есть время вспомнить вкус соперничества, драйва и спортивного азарта.

Мы подготовили гид по мужским активностям в курортах и курортных отелях Alean Collection.



ОХОТА НА ТОЧНОСТЬ

Если ваша стихия — соревнование в меткости, вам сюда. **Гигантский кольцеброс** (увеличенная версия классической игры, где нужен расчет и плавность броска) и **дартс** проверят, насколько тверда рука после шезлонга. А **стрельба из лука** подарит ощущение настоящего воина: прицел, настрой, выдох, выстрел — и вы уже не отдыхающий, а супергерой.



КОМАНДНЫЙ ДУХ НА ВОДЕ И НА СУШЕ

Скучать в одиночестве? Не в этот раз. **Водное поло** — это взрыв эмоций, брызги и борьба за каждый мяч. На суше разворачиваются не менее жаркие баталии: **волейбол** и **футбол** ждут своих героев. Причём уровень здесь — не дворовая команда, а регулярные турниры с настоящим спортивным азартом. Для тех, кто привык тренироваться по-настоящему, проходят **силовые тренировки**, где можно поработать с весом и привести тело в тонус без пропуска спортзала.



На отдыхе в курортах и курортных отелях **Alean Collection** мужчина не просто «присматривает за вещами». Он проживает отпуск активно, побеждает в турнирах по аэрохоккею, забивает голы на пляже и уходит с улыбкой после партии в дартс. Потому что настоящий отдых — это когда можно побыть немного мальчишкой, даже если ты уже давно папа.

Актуальную информацию о наличии активностей и их расписании в курорте или курортном отеле вы всегда можете уточнить у анимационной группы.



ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ ПЕРЕРЫВ

Думаете, активность — это только бег и мяч? А вот и нет. **Бильярд** требует холодного расчёта и стратегии. **Настольный теннис** — реакции и филигранной техники. А в аэрохоккее на турнирах шайба летает очень быстро, а игра заставляет сердце биться сильнее, как бег на длинную дистанцию. Победитель в этом виде спорта только один.



ВЕЧЕРНИЙ КЛУБ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

Когда солнце садится, заканчивается детская дискотека и начинается время по-настоящему **взрослых развлекательных программ**. Это не скучные лекции и не «крокодил» со стульями. Это интеллектуальные шоу, вечерние квизы (где можно проверить эрудицию) и соревнования, в которых мужская харизма и чувство юмора становятся главным оружием.

КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС

Природные достопримечательности Архыза

Архыз — один из самых живописных уголков Северного Кавказа, расположенный в Карачаево-Черкесской Республике. Этот горный курорт славится чистейшим воздухом, хвойными лесами, альпийскими лугами и кристально прозрачными реками. Здесь гармонично сочетаются природная мощь и умиротворяющая тишина, делая Архыз идеальным местом для отдыха и восстановления сил.

Белый водопад

Один из самых доступных и популярных водопадов региона. Своё название он получил благодаря светлому, почти белому цвету воды, который создаётся за счёт бурного потока и мельчайших пузырьков воздуха. Водопад особенно впечатляет весной и в начале лета, когда тают ледники.

Водопад Тамара

Уютный и живописный водопад, спрятанный среди густого леса. Это место отличается спокойной атмосферой и идеально подходит для неспешных прогулок. Водопад назван в честь местной легенды, что придаёт ему особое очарование.

Горные озера Архыза

Высокогорные озера Архыза — настоящие природные жемчужины. Они поражают разнообразием оттенков воды — от изумрудного до насыщенно-синего. Озера окружены скалами и альпийскими лугами, а путь к ним часто проходит через живописные перевалы. Особенно популярны Софийские озёра.

КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС




Софийские водопады

Одно из самых известных и впечатляющих мест в Архызе. Это целый каскад мощных водопадов, берущих начало от ледников горы София. Потоки воды с грохотом обрушиваются вниз с большой высоты, создавая захватывающее зрелище. Лучшее время для посещения — лето, когда водопады наиболее полноводны.

Активный отдых и экскурсии

Познакомиться с природными красотами Архыза можно не только пешком, но и в более комфортном и увлекательном формате. Гости курорта могут отправиться на экскурсии на квадроциклах, вездеходах или верхом на лошадях. Такие маршруты позволяют добраться до самых живописных и труднодоступных уголков региона, включая водопады, высокогорные озёра и панорамные точки с видами на горные хребты.

Прогулки на технике подойдут любителям динамичного отдыха, а конные маршруты подарят особую атмосферу единения с природой и позволят неспешно насладиться красотой окружающих пейзажей. Независимо от выбранного формата, путешествие по Архызу станет ярким и запоминающимся опытом.



Обратитесь в консьерж-службу,
и вам помогут спланировать ваше идеальное приключение!

ALEAN SELECT PINO

☎ +7 928 026-00-29

ALEAN SELECT ALTAIR

☎ +7 928 025-61-86

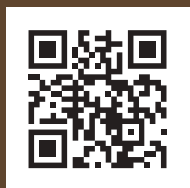
ALEAN CLUB SOPHIA

☎ +7 928 025-39-85

КАПЕЛЬНИЦА «ЛАЕННЕК»

Сильнейший иммуномодулятор, который включает в себя более 4 000 белков и более 100 ферментов, натуральные биологические стимуляторы, а также соединения цинка, селена, меди, бора, йода, кобальта и 40 других минералов, усваиваемых на 100%.

Такие капельницы пробуждают резервы организма, стимулируют активный синтез ферментов и гормонов, уменьшая ваш биологический возраст и укрепляя естественный иммунитет.



ALEAN FAMILY RIVIERA

Медицинский центр *Alean Family Riviera*

☎ 2035 ☎ +7 918-647-17-26

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ВАШ ЛИЧНЫЙ ОСТРОВOK СПОКОЙСТВИЯ

Закройте глаза. Сделайте глубокий вдох. Бархатистый аромат прованской лаванды мягко обнимает, унося тревоги и спешку.

Это не просто свеча.

Это ваш ежедневный ритуал восстановления.

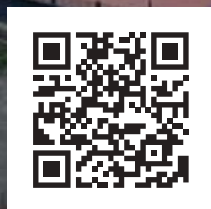
- Натуральный воск + 100% эфирное масло лаванды;
- До 40 часов ровного, тёплого горения без копоти;
- Помогает расслабиться, настроиться на сон или медитацию.

ALEAN CLUB MAJESTIC

☎ 003 ☎ +7 939 863-46-17

КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО СОЧИ

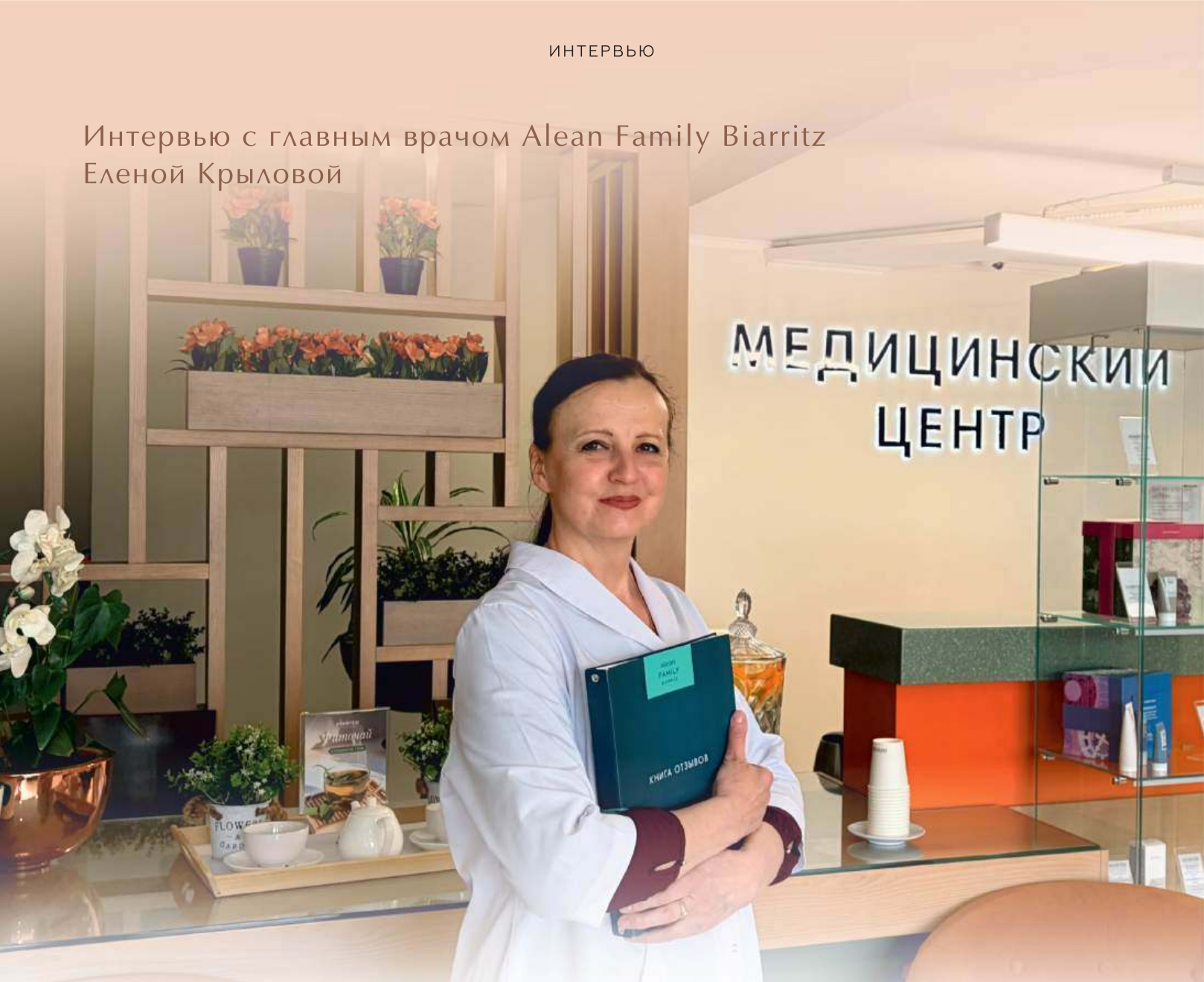


ALEAN FAMILY SPUTNIK

☎ 4004 ☎ +7 918 623-15-42

📍 РЕСТОРАН MONTVERT, ЭТАЖ 1

Интервью с главным врачом Alean Family Biarritz
Еленой Крыловой



ФИЗИОТЕРАПИЯ И СПА КАК ПОЛУЧИТЬ МАКСИМУМ ПОЛЬЗЫ

Елена Крылова

Врач с более чем 30-летним опытом работы в медицине. Имеет действующие сертификаты по физиотерапии, дерматологии, косметологии, нутрициологии и организации здравоохранения.

В своей практике Елена Крылова придерживается принципа внимательного и чуткого подхода к каждому пациенту: важно не просто услышать, а по-настоящему понять запрос, чтобы подобрать максимально эффективное и безопасное решение.

Постоянно развивается профессионально, сочетая медицинскую экспертизу с современными методами ухода, восстановления и оздоровления.

Вне работы вдохновляется книгами и путешествиями. Особенно любит места, где можно восстановить силы, почувствовать гармонию и сохранить внутренний баланс.

Магнитотерапия общая «Альма»: как понять, что она нужна именно мне, и что можно сделать за один визит?

— Общая магнитотерапия – это процедура, направленная на стимуляцию естественных процессов саморегуляции организма. Магнитное поле воздействует сразу на весь организм: нормализует биоритмы, способствует снижению артериального давления, улучшает микроциркуляцию во всех органах и системах.

Процедура подходит даже пациентам после онкологических заболеваний, однако важно учитывать индивидуальные особенности. Понять, подходит ли она именно вам, можно только после консультации с врачом – специалист проведёт подробный опрос и исключит возможные противопоказания. Уже за один визит вы получаете мягкое, но системное воздействие на организм.

Какие спа-процедуры нельзя делать в один день, хотя гости часто просят их объединить?

— В целом все представленные у нас спа-процедуры можно сочетать в течение одного дня. Оптимальный интервал – до 12 часов между процедурами. Главное – правильно выстроить их последовательность и предусмотреть перерывы. Этим занимаются администраторы: они помогут составить комфортный и безопасный график, чтобы процедуры усиливали эффект друг друга, а не перегружали организм.

Можно ли физиотерапию детям и пожилым людям? Чем процедуры для них отличаются?

— Да, физиотерапия активно применяется как у детей, так и у пожилых людей. Она проводится в соответствии с клиническими рекомендациями и стандартами оказания медицинской помощи.

Отличие заключается в индивидуальном подборе параметров: учитываются возраст, общее состояние организма, наличие хронических заболеваний. Процедуры адаптируются по интенсивности и длительности, чтобы быть максимально эффективными и безопасными.

Что нельзя делать сразу после физиопроцедуры, чтобы не свести эффект к нулю и не получить осложнений?

— После физиопроцедур не рекомендуется сразу идти на морские купания или активно заниматься в тренажёрном зале. Организму важно дать время на адаптацию и закрепление эффекта.

Исключения возможны в рамках реабилитационных программ после травм, когда физиотерапия и лечебная физкультура (ЛФК) могут идти последовательно, но только по назначению врача.

Когда можно записаться к вам на приём?

— Вы можете записаться на приём в любое удобное для вас время с 8 до 17 в будние дни. Мы подберём подходящий слот и составим индивидуальную программу процедур с учётом ваших целей и состояния здоровья.



ALEAN FAMILY BIARRITZ

☎ 1054 ☎ 1062 ☎ +7 938 442-00-92

Корпус А, Корпус В, этаж 1

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

МАГИЯ НА ЗАКАТЕ: КАК ПРОВЕСТИ ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕЧЕР С ДЕТЬМИ НА ОТДЫХЕ

Представьте: солнце медленно опускается к горизонту, окрашивая небо в оттенки золотого, насыщенно-голубого и багряного, где-то вдалеке слышен смех детей, а вы в этот момент делаете глоток прохладного напитка...

Из таких моментов и создаются кадры идеального отпуска.

В курортах и курортных отелях Alean Collection закат — это не просто время суток, а настоящий ритуал, который становится украшением вашего отдыха.

Мы написали лучшие сценарии, как встретить закат в разных локациях сети и чем заняться вечером всей семьей.



ЗАКАТ У САМОЙ ВОДЫ

📍 Анапа: Alean Family Doville, Alean Family Riviera, Alean Club Majestic

Пляжи курортов **Alean Collection** признаны одними из лучших на Черноморском побережье. В курорте **Alean Family Doville** организован трансфер до пляжа на электромобилях, но лучше дойти пешком, чтобы прогуляться по утопающему в зелени Пионерскому проспекту. На пляже есть уютная беседка. Пока дети рисуют пальчиками на слегка влажном песке или играют на детской игровой площадке, родители могут насладиться напитками в снэк-баре, глядя на огни Анапы, отражающиеся в воде.



Одной из главных «фишек» курортного отеля **Alean Club Majestic**, расположенного в Анапе, является терраса на крыше с баром «Небо». Это полноценная лаунж-зона с мягкими креслами или пуфами, откуда открывается панорамный вид – лучшее место, чтобы расслабиться вечером и встретить закат. Если повезет с погодой и ясным горизонтом, можно увидеть, как солнце садится прямо в море. Для юных гостей на крыше расположена детская игровая зона.



В другом курорте Анапы – **Alean Family Riviera** – есть подогреваемые бассейны, так что даже если вечер прохладный, можно плавать до самого заката. Для детей – детский аквапарк. Гостям предлагается такой сценарий: сначала вечернее купание в подогреваемом бассейне под закатным небом, затем – ужин с безлимитными напитками по системе «Ультра все включено». Если вы хотите встретить с семьей «не пляжный» закат, а созерцательный, то лучше отправиться в Китайский дворик курорта. Это зона в китайском стиле с садом камней, бамбуком и мостиками. Возьмите с собой плед, если планируете сидеть на камнях или деревянных лавках, и наслаждайтесь звуком из фонтана или шелестом бамбука. В сочетании с тишиной – это главный «инструмент» релаксации на закате и доверительных семейных бесед.





ОСОБАЯ ТЕРРИТОРИЯ

📍 Сочи: Alean Family Sputnik

Alean Family Sputnik – еще один курорт Alean Collection на Черноморском побережье. У отеля собственный пляж и набережная. Вечером можно прогуляться по набережной, встречая закат, а затем отправиться на вечернее шоу от анимационной команды.

У курорта есть особая территория, которая создает неповторимую атмосферу для семейных вечеров. В центре этой локации растет кедр, посаженный самим Юрием Гагариным. Это живой памятник истории, который стал одной из главных достопримечательностей. Площадь, на которой расположен этот легендарный кедр, украшена множеством фонарей.

После заката эти фонари зажигаются, создавая сказочное, мягкое освещение. Их тёплый свет преобразует прогулочную зону, даря гостям ощущение уюта и спокойствия. Это идеальное место для вечернего променада в кругу семьи, где можно насладиться тишиной и красотой южной природы под мерцанием огоньков.



ПОНТОННЫЙ ПЛЯЖ ИЗ НАТУРАЛЬНОГО ДЕРЕВА

📍 Геленджик: Alean Family Biarritz

Alean Family Biarritz – семейный курорт в Геленджике. У курорта есть понтонный пляж с удобным входом в море. Закат лучше всего встречать прямо на понтоне – он уходит в море, и кажется, что вы парите над водой. Прийти сюда всей семьёй на закате, устроить небольшой пикник и сделать красивые фото на фоне заходящего солнца над Геленджикской бухтой – это один из тех вечеров, который точно запомнится.



ЛУЧШИЙ ПЛАН НА ЗАКАТ

📍 Ольгинка: Alean Select Olginka

Если вы отдыхаете в Alean Select Olginka, и вам хочется увидеть Ольгинку и её бухту с высоты, главная цель – это смотровая площадка на мысе. До неё легко дойти пешком.

Путь к площадке – это часть приключения. От отеля нужно выйти на центральный пляж и двигаться вдоль берега. Ориентиром будет мост через реку – от него до площадки идти 20–25 минут неспешным шагом.

Финальная точка маршрута – это просторная природная площадка, с которой открывается потрясающая панорама всей Ольгинской бухты. Именно отсюда лучше всего наблюдать, как солнечный диск медленно опускается в море.

ГОРНЫЙ ПЛЕНЭР

📍 Архыз: Alean Club Sophia,
Alean Select Altair, Alean Select Pino

Яркий контраст морю предлагают курортные отели Архыза. Здесь нет морского прибоя, зато есть величие Кавказских гор. Курортный отель **Alean Club Sophia** находится в центре курорта «Архыз», прямо рядом с подъемниками. Поднимитесь на канатной дороге — это невероятно красиво. Пока солнце уходит за хребты, подсвеченные пики становятся похожи на декорации к фильмам про сокровища или супергероев. Вернувшись обратно, направляйтесь в ресторан курортного отеля, где для детей есть отдельное меню и шведская линия.



Alean Select Pino — это эксклюзивный бутик-отель премиум-класса, расположенный у подножия гор.

Здесь всего 37 номеров, созданных по уникальным авторским проектам в альпийском стиле. Идеальный вечер — устроиться на террасе с видом на горные пейзажи и наблюдать, как солнце окрашивает вершины пурпуром.

Расположенный рядом **Alean Select Altair** предлагает гостям после заката нырнуть в открытый подогреваемый бассейн аква-термального комплекса, из которого открывается захватывающий дух вид на горы и делаются трендовые фото для соцсетей.

*Каждому имениннику
на услуги спа-комплекса СКИДКА 15%*

*Акция «ПОЙМАЙ СВОЙ ЧАС»
скидка 10% при бронировании сеанса
в период с 12:00 до 15:00*

Спа-процедуры полезны для общего оздоровления, расслабления и улучшения состояния кожи. Они помогают снять стресс, улучшить кровообращение и лимфодренаж, укрепить иммунитет, а также замедлить процессы старения. Кроме того, спа может способствовать снижению веса и уменьшению целлюлита.

«ШОКОЛАД»

*Уход смягчает кожу, делая её нежной и бархатистой.
Активно тонизирует и способствует улучшению настроения.*

Спа-уход включает в себя несколько этапов:

- Разогрев в хаммаме
- Пилинг тела
- Обертывание на основе шоколада
- Расслабляющий массаж

Длительность процедуры: 120 минут

ALEAN CLUB MAJESTIC

☎ 016 ☎ +7 939 883-57-31

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

*Оставьте город за порогом. Здесь нет спешки.
Спа – это не уход за телом. Это разговор с ним на языке,
который мы почти забыли: язык тепла, прикосновений
и покоя. Спа-пауза, которая лечит.*

РАССЛАБЛЯЮЩИЙ АРОМАМАСССАЖ

60 минут

Современный ритм жизни часто оставляет нас уставшими и напряженными. Расслабляющий массаж — это быстрый и приятный способ вернуть себе легкость, снять стресс и обрести внутреннее равновесие.

УХОД «КИСЛОРОДНОЕ ОЧИЩЕНИЕ»

30/60 минут

Изюминка ухода: приятный и эффективный уход, объединяющий этапы глубокой очистки, бережного отшелушивания, качественного увлажнения и полноценного питания кожи. Уход, который позволит вам убрать отёчность и получить заметный визуальный эффект уже после первой процедуры.

МАССАЖ ЛИМФОДРЕНАЖНЫЙ ОБЩИЙ

60 минут

Активизирует движение лимфы, нормализует обмен веществ, оказывает релаксирующее действие.

*Соберите три любимые услуги одним чеком
и получите сразу скидку 10% на весь заказ*



ALEAN CLUB SOPHIA

 704

 +7 928 026-01-59

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ ПО ВАШЕМУ СЦЕНАРИЮ

ПУСТЬ ПРАЗДНИК СТАНЕТ ЯРКИМ
И ЗАПОМИНАЮЩИМСЯ СОБЫТИЕМ!

Создайте свой неповторимый
праздничный сценарий:

- Индивидуальные и групповые экскурсии;
- Заказ композиций из воздушных шаров;
- Индивидуальное музыкальное поздравление (саксафон, гитара, вокал);
- Букеты из клубники в шоколаде;
- Заказ цветов;
- Торт по индивидуальному заказу;
- Индивидуальное поздравление белочками Вики и Чики;
- Встреча рассвета на воздушном шаре;
- Романтическая поездка на кабриолете;
- Трансфер;
- Индивидуальное плавание с дельфинами



ALEAN FAMILY SPUTNIK

☎ 4004

☎ +7 918 623-15-42

📍 ресторан Монтверт, этаж 1



КОГДА ГОРИЗОНТ ПРИНАДЛЕЖИТ ТОЛЬКО ВАМ

Ветер, море и ощущение, что этот день создан специально для вас. Наш консьерж-сервис воплощает любой сценарий. Выберите настроение — остальное мы берем на себя.

ДЕНЬ ДЛЯ ДВОИХ

- Якорная стоянка в открытом море
- Шампанское на закате. Романтический вечер, который запомнится надолго.
- День для семьи. Дети впервые увидят дельфинов в открытом море. Вы — впервые за долгое время увидите, как они смеются без гаджетов в руках.

Мы продумаем безопасность, развлечения на борту и меню, которое понравится даже самым придирчивым маленьким гостям.

ЧТО ВХОДИТ В КАЖДЫЙ ВЫХОД В МОРЕ:

- Подбор яхты под ваш сценарий и количество гостей
- Профессиональный капитан и экипаж
- Увлекательный маршрут
- Полное планирование дня — от трансфера до возвращения в номер

Расскажите нам, каким вы видите этот день. Остальное — наша работа.



ALEAN FAMILY DOVILLE

+7 989 776-02-44

ПЁТР И ФЕВРОНИЯ МУРОМСКИЕ И ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ

8 июля в России отмечают День семьи, любви и верности.

Праздник привязан к трогательной истории муромского князя Петра и его супруги Февронии, ставших символом супружеского счастья на Руси.



Почему символ праздника – ромашка?

Этот полевой цветок олицетворяет чистоту, скромность и верность — те качества, на которых держится настоящая семья. Дети гадают на ромашках «любит — не любит», а взрослые вспоминают, что простые радости часто важнее пышных жестов.

Главное – быть вместе. А за быт и отдых отвечаем мы!

В жизни Петра и Февронии есть важный момент: их счастье строилось на умении выбирать друг друга каждый день. Не только в праздник, а всегда. В этом мы с ними солидарны. Гостиничная сеть **Alean Collection** создана для семей, которые ищут именно такие отношения: крепкие, тёплые, без усталости от совместного отдыха.

Наши курорты и курортные отели — это место, где родители перестают быть «дежурными аниматорами», а дети получают безопасное пространство для игр.



Вот несколько причин, по которым нам доверяют семьи со всей России, за ним – наши тепло и забота о вашем комфортном отдыхе:

- Детям до 15 лет — размещение бесплатно. Мы искренне считаем: счастливые дети — главная причина, почему семьи возвращаются к нам снова и снова.
- Своя команда анимации и детские клубы. Пока вы завтракаете, пьете кофе на террасе или посещаете спа-комплекс, ваши дети заняты развивающими программами.
- Особое меню для малышей и взрослых. Дома вы каждый день ломаете голову над вопросом «что приготовить»? В отпуске — нет. Шеф-повар всё продумал за вас.
- Собственные пляжи, подогреваемые бассейны и спа-комплексы. Чтобы семейный отдых не превращался в испытание «как бы не замёрз ребёнок».
- Тематические мероприятия, фестивали и бесконечная анимация. Каждый день — как маленький праздник. Кулинарные мастер-классы, шоу мыльных пузырей, детские дискотеки и взрослые вечера. Анимация не останавливается ни на минуту, но вы всегда можете выбрать тишину — для этого есть зоны релакса.



Гости **Alean Collection** — это люди, которые доверяют нам свои воспоминания. Фотографии с отдыха в наших курортах и курортных отелях украшают гостиные, а не просто «копятся» в галерее смартфона.

В День семьи, любви и верности мы желаем вам одного: выбирать друг друга, крепкой дружной семьи и взаимопонимания. А мы со своей стороны сделаем всё, чтобы этот выбор всегда ассоциировался с тёплым морем, вкусной едой и счастливым детским смехом.

ПОГРУЗИТЕСЬ В АТМОСФЕРУ БЕЗМЯТЕЖНОСТИ

*Наша спа-зона — место, где время замедляется,
а стресс растворяется без следа.*

АРОМАМАССАЖ РАССЛАБЛЯЮЩИЙ

Аромамассаж — идеальный способ восстановить силы и обрести внутренний баланс. Плавные неторопливые движения специалиста в сочетании с целебными эфирными маслами снимают напряжение, успокаивают нервную систему и дарят ощущение глубокой релаксации.

Расслабляющий аромамассаж снимает зажимы в мышцах, успокаивает ум и помогает отпустить тревоги дня.

Продолжительность сеанса: 60–90 минут

МАССАЖ СПОРТИВНЫЙ

Спортивный массаж — это целенаправленная работа с мышцами, связками и суставами для подготовки к нагрузкам и быстрого восстановления после них.

Процедура улучшает микроциркуляцию, снижает болезненность мышц и повышает общую выносливость.

Продолжительность сеанса: 30–60 минут

МАССАЖ МОДЕЛИРУЮЩИЙ

Скульптор вашего тела. Моделирующий массаж мягко, но уверенно «высекает» идеальные линии, подчеркивает естественные изгибы и возвращает коже упругость.

Продолжительность сеанса: 40–60 минут

АКЦИЯ

Соберите три любимые услуги
одним чеком и получите
скидку 10% на весь заказ

ALEAN SELECT PINO

📞 100 📞 +7 928-026-00-29

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС

Приключения, которые хочется повторять!

Отдых — это эмоции, которые вы увозите с собой. В нашем курортном отеле каждый гость найдёт занятие по душе: от неспешных прогулок до настоящего драйва.

ПРОГУЛКИ ПО МОРЮ И ЯХТИНГ

Водная гладь, приятный ветер и горизонт без границ. Прогулка на яхте дарит лёгкость и умиротворение. Хотите тихий семейный выход в море или закатное путешествие для двоих? Купание в открытой воде, яркие кадры и виды на память — всё это ждёт вас.

ВЕРХОМ НА ЛОШАДИ

Маршруты пролегают по живописным тропам с видом на горы и море. Размеренный шаг, чистый воздух и полное слияние с природой — это особое состояние. Подходит и тем, кто впервые в седле, и опытным наездникам. Прекрасный выбор для семьи или романтической встречи.

ДЛЯ ТЕХ, КТО ЛЮБИТ СКОРОСТЬ: КВАДРОГИГАНТЫ И ЭНДУРО

Кому нужны острые ощущения — оценят экстремальные трассы на мощных квадроциклах и эндуро. Пересечёнка, подъёмы в горы, быстрые участки — чистый выплеск адреналина. С вами будут опытные инструкторы: они позаботятся о безопасности и подберут маршрут под ваш навык.

Сделайте свой отпуск чем-то большим. Пусть он станет источником новых идей и открытий! Выбирайте впечатления — и создавайте свою историю.



ALEAN SELECT OLGINKA

☎ 1000 ☎ +7 901 002-00-34

Приглашаем вас в наше пространство отдыха, расслабления, эстетического удовольствия и оздоровления на всех уровнях!

Сауна, хаммам, пилинг по выбору, обертывание, массаж лица и всего тела.

Каждый из этих этапов имеет особый смысл и вносит свой штрих в итоговую картину Вашей подтянутости и общего самочувствия.

Сауна подготавливает кожу к дальнейшим процедурам, запускает детоксикацию (выводится большое количество шлаков) и дает полное расслабление всех групп мышц.

Пилинг отлично очищает и избавляет кожные покровы от ороговевших клеток и насыщает биологически активными компонентами и микроэлементами.

Обертывание помогает насытить кожу и избавиться от 5 до 10 лишних сантиметров за счет расщепления жировых тканей.

В результате комплекса специальных массажей, ваши мышцы получают нагрузку, сравнимую с нагрузкой от занятий в тренажерном зале и происходит восстановление рельефа мышц.

Эффект наших процедур:

- обретение кожей упругости и подтянутости;
- значительное уменьшение следов целлюлита и растяжек;
- получение хорошей нагрузки мышцами тела;
- возвращение коже бархатистости и шелковистости;
- получение огромного количества положительных эмоций от созерцания своей подтянутой фигуры.

Доверьте заботу о своем теле нашим опытным профессионалам в сфере красоты и стройности. Мы готовы удивить вас преображением вашего тела!

Консультация специалиста бесплатная

ALEAN SELECT OLGINKA

👉 1000

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЭКСКУРСИИ В АБХАЗИЮ



ALEAN FAMILY SPUTNIK

☎ 4004 ☎ +7 918 623-15-42

📍 РЕСТОРАН MONTVERT, ЭТАЖ 1

Изображения на макете могут отличаться от оригинала



ЛЕТО НА ТАРЕЛКЕ ГОТОВИМ ЛЕТНИЕ ДЕСЕРТЫ С РЕБЕНКОМ

Лето на юге — это когда утро пахнет земляникой, день — мушмулой, а вечер — сладкой шелковицей. Лучшее время, чтобы приготовить вкусные блюда вместе с детьми.

Сорбет из тутовника, облако из мушмулы с творогом — эти десерты не хранят, их едят сразу. И в этом главная магия лета.

МУШМУЛА В ТВОРОЖНОМ ОБЛАКЕ

Мушмула — звезда июня, ребёнку обязательно нужно попробовать её свежей.

Ингредиенты:

- Спелая мушмула (очищенная от шкурки и косточек)
- Творог
- Сливки или густой йогурт
- Немного мёда

Что делаем:

взбиваем творог с йогуртом и мёдом в крем. Кладем в креманку очищенные половинки мушмулы. Сверху — остатки крема.



Ребёнку:

ложкой вынимать мякоть из мушмулы (под присмотром, так как косточки скользкие), смешивать творог.

АЛЫЧОВЫЙ ЛИМОНАД С МЯТОЙ

Алыча дает кислинку, идеальную для напитка.

Ингредиенты:

- Алыча (желтая или красная)
- Мёд
- Вода
- Листья смородины или мяты

Что делаем:

разминаем алычу в миске. Заливаем водой комнатной температуры, добавляем мёд. Процеживаем через сито (чтобы убрать шкурки). Добавляем лёд и листья.



Ребёнку:

мять алычу ложкой, рвать мяту, размешивать мёд.

МАЛИНОВО-СМОРОДИНОВОЕ ЖЕЛЕ (НА АГАР-АГАРЕ)

Красная смородина — природный желирующий агент, но для надежности используем агар.

Ингредиенты:

- Малина
- Красная смородина
- Сахар
- Агар-агар (продаётся в магазинах)

Что делаем:

выжимаем сок из ягод через марлю (или мнём и процеживаем). Сок нагреваем с сахаром и агаром 1 минуту (делает взрослый). Разливаем по формочкам.



Ребёнку:

давить ягоды через сито, раскладывать в формочки свежие ягодки для красоты.

ШЕЛКОВИЧНЫЙ СОРБЕТ ЗА 5 МИНУТ (ТУТОВНИК)

У шелковицы очень нежный вкус, который лучше всего раскрывается в холоде.

Ингредиенты:

- Чёрная или белая шелковица
- Банан (для текстуры)
- Лимонный сок

Что делаем:

замораживаем ягоды и банан заранее. Блендером взбиваем замороженные продукты в однородную массу (похоже на мягкое мороженое).



Ребёнку:

отрывать ягодки от плодоножки, нажимать кнопку блендера (держит взрослый).

«ЖИВОЕ» ВАРЕНЬЕ ИЗ ЧЕРЕШНИ И ЗЕМЛЯНИКИ (БЕЗ ВАРКИ)

Идеально для ребенка, потому что не нужна плита.

Ингредиенты:

- Черешня (без косточек)
- Земляника
- Мёд или сахарная пудра

Что делаем:

ягоды мнём вилкой или толкушкой для пюре. Добавляем мед. Перемешиваем.



Ребёнку:

удалять хвостики у земляники, давить ягоды, намазывать получившуюся массу на печенье.

ВАЖНЫЕ СОВЕТЫ

Черешня:

если делаете пюре, удаляйте косточки специальным приспособлением или рукой (ребёнок может это делать, но осторожно — сок брызгает).

Алыча:

не кладите в десерты много сахара — пусть ребёнок почувствует её природную кислинку с мёдом.

Мушмула:

если она попала твердая — оставьте на подоконнике на 2 дня, дозреет.

Шелковица:

красиво пачкает руки (и одежду!). Застелите стол клеёнкой и приготовьте влажные салфетки.



БЛЮДО ОТ ШЕФА КАФЕ «ОАЗИС»

КАРПАЧО ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С ПАРМЕЗАНОМ И ЦИТРУСОВОЙ ЗАПРАВКОЙ

Ингредиенты:

- Вырезка телячья – 100 г
- Сыр Пармезан – 15 г
- Морская соль – 2 г
- Руккола – 10 г
- Тимьян – 2 г
- Смесь 5-ти перцев – 1 г

Заправка на 100 г:

- Апельсиновый фреш – 50 мл
- Сок лайма – 5 мл
- Стебель лемонграсса – 5 г
- Морская соль – 1 г
- Оливковое масло – 15 мл
- Соус свит-чили – 10 г
- Соевый соус – 7 г
- Яблочный сок – 10 мл

Приготовление:

охлажденная телячья вырезка зачищается, отбивается с помощью молотка и пищевой плёнки равномерно, приправляется морской солью, смесью чёрного перца и семян тимьяна. Заворачивается с помощью пищевой плёнки в рулет и подмораживается. Для приготовления соуса в ёмкость заливается подготовленный апельсиновый фреш, мелко нарезанный лемонграсс, сок лайма, морская соль, оливковое масло, соус свит-чили, соевый соус, яблочный сок и тщательно пробивается блендером.

На охлажденное блюдо с помощью слайсера нарезается телячий рулет тонкими слайсами, равномерно распределяется по тарелке. Заливается цитрусовой заправкой (40 мл). Далее в середину выкладывается подготовленная промытая и высушенная руккола, при подаче посыпается натёртым пармезаном и высушенными пробитыми через блендер маслинами.



ALEAN FAMILY SPUTNIK

📍 4038 📍 Кафетерий, кафе Оазис у реки Агура

* Внешний вид блюда может отличаться от рекламного изображения. Количество ограничено.

СЕЗОННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

ДАРЫ ЧЕРНОМОРСКОГО ПОБЕРЕЖЬЯ

Барабулька Черноморская жареная с лимоном
550 ₺

Филе кефали в стиле папильот с лимоном и зеленым маслом
350 ₺
(за 100 граммов)

Черноморские рапаны в кляре с соусом тар-тар
450 ₺

Шашлычки из черноморского рапана в лимонно-чесночном маринаде
450 ₺



ALEAN FAMILY RIVIERA

📍 Снек-бар «Терраса»

*Внешний вид блюд может отличаться от рекламного изображения. Количество ограничено.

НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ КАЧЕСТВЕННОЙ БИЖУТЕРИИ

СТИЛЬ, КОТОРЫЙ ГОВОРИТ ЗА ВАС

В нашем магазине – летнее обновление ассортимента! Поступила новая коллекция качественной бижутерии, в которой сочетаются актуальные тренды, продуманный дизайн и высокий уровень исполнения.

Сегодня бижутерия – это не просто альтернатива ювелирным украшениям, а полноценный элемент стиля, способный подчеркнуть индивидуальность и задать настроение образу.

В новой коллекции представлены:

- изящные серьги – от минималистичных до акцентных моделей;
- стильные кольца и наборы, которые легко комбинируются между собой;
- браслеты и цепочки, идеально дополняющие как повседневные, так и вечерние образы;
- трендовые украшения с декоративными элементами и фактурными деталями.

Приглашаем вас познакомиться с новинками и подобрать украшения, которые подчеркнут именно ваш стиль в наших магазинах, расположенных рядом с открытым бассейном и в ресторане на 2 этаже.

ALEAN FAMILY BIARRITZ

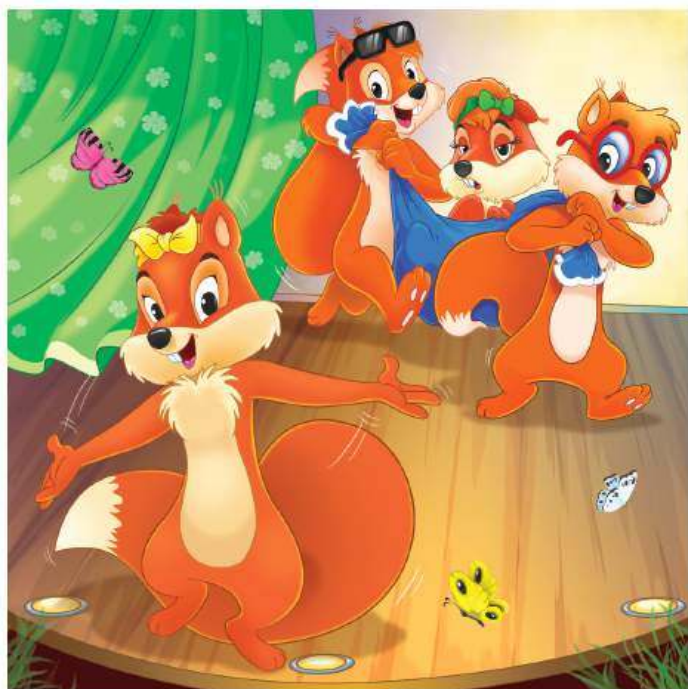
☪ 1070

НАЙДИ ОТЛИЧИЯ



Перед тобой две картинки-двойняшки, но у каждой есть свои секреты. Засекайте с родителями время, включайте внимательность и проверяйте, у кого зорче глаз. Отличия могут быть маленькими, так что не торопитесь!

Поехали!



НАЙДИ И ДОРISУЙ!



Посмотри на картинки.

Они очень похожи, но сейчас это не совсем одинаковые рисунки.

Художник что-то забыл дорисовать!

Твоя задача — внимательно рассмотреть каждый рисунок и добавить недостающие детали на те картинки, где их не хватает. Когда закончишь — все рисунки станут одинаковыми, как близнецы!

Раскрашивать можно потом, но сначала дорисуй всё, что забыл нарисовать художник. Будь внимателен!



ГДЕ ЗАКАНЧИВАЮТСЯ СЛОВА, НАЧИНАЕТСЯ МАССАЖ

В спа-зоне Alean Select Altair мы не просто снимаем напряжение – мы возвращаем вкус к жизни. Каждое прикосновение выверено, каждая минута – ради вашего покоя. Оставьте суету за дверь: здесь ваше тело наконец вспомнит, что такое гармония.

СПА-УХОД «ПЕРЕЦ ЧИЛИ»

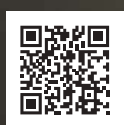
Лёгкий жар перца чили пробуждает кожу, словно утреннее солнце. Скраб мягко очищает, обертывание запускает процессы обновления, а 40-минутный массаж растворяет напряжение. «Перец чили» — это про возвращение себе своей же активности. После него кожа сияет, мышцы слушаются, а в глазах появляется тот самый блеск.

Продолжительность сеанса: 120–140 минут

СПА-МАССАЖ ГОЛОВЫ, ВОРОТНИКОВОЙ ЗОНЫ И РУК

В ритме мегаполиса наше тело накапливает напряжение незаметно, но неизбежно. Особенно страдают голова, шея и руки – зоны, которые чаще всего сигнализируют о стрессе головными болями, скованностью и усталостью. СПА-массаж этих трёх зон — не просто удовольствие, а настоящая терапия.

Продолжительность сеанса: 60 минут



ALEAN SELECT ALTAIR

☎ 1012 ☎ +7 928-025-61-89

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС

Приключения ждут: выбирайте свой маршрут!

Позвольте себе ощутить дыхание ветра, мощь земли, простор моря и азарт движения. Откройте окрестности нашего курорта через четыре уникальных приключения.

КОННЫЕ ПРОГУЛКИ

Неспешные маршруты для ценителей гармонии: ветер в гривах, шелест травы и живописные виды. Идеально для романтиков и семей с детьми.

ДЖИППИНГ — ДРАЙВ И АДРЕНАЛИН!

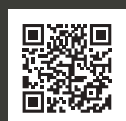
Мощные внедорожники преодолеют любое бездорожье, а вы насладитесь захватывающими панорамами с труднодоступных точек.

КВАДРОЦИКЛЫ — СВОБОДА НА ЧЕТЫРЁХ КОЛЁСАХ!

Управляйте мощью техники, покоряйте тропы и почувствуйте прилив энергии. Морские прогулки — дыхание моря. Парус, плеск волн, бескрайний горизонт. Наблюдайте за дельфинами, встречайте закат на палубе или отправляйтесь на рыбалку в открытое море.

Каждая стихия подарит вам свои эмоции — выберите свою! Все маршруты безопасны, проводятся с опытными гидами и подходят как новичкам, так и любителям экстрима.

Записывайтесь на ресепшн или через мобильное приложение отеля. Подарите себе день, полный впечатлений!



КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС ALEAN FAMILY RIVIERA

+7 918 644-26-79

ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

ТАЙСКИЕ ТРАДИЦИИ

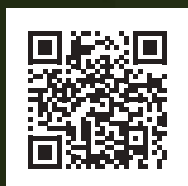
УХОД-РЕЛАКС

- Пилинг
- Обёртывание
- Массаж

Аромат на выбор: «Марракеш» / «Манго»

Длительность: 90 минут

Консультация специалиста бесплатная



ALEAN FAMILY SPUTNIK

☞ 4040

Изображения на макете могут отличаться от оригинала

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

КАРБОКСИТЕРАПИЯ

СЕКРЕТ СИЯЮЩЕЙ МОЛОДОСТИ

Длительность: 60 минут

Консультация специалиста
бесплатная



ALEAN FAMILY SPUTNIK

☞ 4040

Изображения на макете могут отличаться от оригинала

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



ДЛЯ ГОСТЕЙ – С ЛЮБОВЬЮ И БЕЗ АЛЛЕРГЕНОВ

Сергей Цыгаль – шеф-кондитер курорта Alean Family Sputnik, где местные фрукты и ягоды становятся звёздами десертов, а полуфабрикатам говорят твёрдое «нет».

В интервью поговорим о детских сладостях, натуральных продуктах и смелых вкусах – никаких порошков, только честный состав и любовь к своему делу.

Добрый день! Семейный курорт Alean Family Sputnik предполагает домашнее тепло и уют, а десерты часто ассоциируются с детством. Расскажите нашим читателям, какое ваше самое первое и яркое кондитерское воспоминание?

– Добрый день. Признаюсь, мой ответ будет необычным. В детстве я не ел практически ни-

какие сладости, кроме простых простых карамелек, например, «Барбарис» или «Дюшес». Ни изысканных пирожных, ни тортов я толком не пробовал – они меня просто не привлекали. Все родственники очень сильно были удивлены, что вместо шоколадных конфет я выбирал леденцы. А торты и пирожные меня не интересовали совсем.

Раз уж мы заговорили о детстве, расскажите, есть ли у вас секретные «фишки» для маленьких гостей? Например, специальная начинка для пирожных?

— Конечно, к маленьким гостям у нас подход особый. Для детей мы выбираем начинки с простым, понятным вкусом и лёгкой текстурой — чтобы и вкусно, и безопасно. Всегда смотрим на возраст, предпочтения и возможные аллергии. В нашей линейке десертов можно найти вариант на любой случай. А если нужно — готовим отдельно, специально под конкретного ребёнка, убирая всё, что ему нельзя.

Среди маленьких гостей курорта бывают дети-аллергики. Как организовано приготовление десертов для них и как производится маркировка, чтобы родители были спокойны?

— Это особенно важная тема для меня. Поскольку я сам знаю, что такое аллергия, мне вдвойне важно, чтобы люди, которые тоже аллергики, могли безопасно и, главное, вкусно питаться. Поэтому мы строго следуем правилам: максимально исключаем продукты-аллергены, делаем ставку на простые блюда и тщательно контролируем состав. Никаких полуфабрикатов и готовых соусов — в них часто бывают скрытые аллергены и лишние добавки. А полный состав каждого десерта указан на карточке в гостевой зоне. Так любой гость может сам посмотреть, что ему подходит, а чего лучше избегать.

Расскажите о самом любимом десерте гостей в истории курорта. Какое блюдо «уходит» быстрее всего и почему?

— Мы часто получаем обратную связь от наших гостей. И, конечно же, у каждого гостя есть свой фаворит в десертах. Многие гости просят рецепты понравившихся десертов. Но вот уже почти три года рекордсмен по отзывам и просьбам поделиться секретом приготовления — это десерт «Сибирский» (состав десерта: обжаренный кедровый орех, молоко сгущенное, брусника свежемороженая). Я ни разу не слышал от гостей, что кому-то он не понравился. Именно этот десерт — точно любимец всех гостей.



В меню курорта блюда для гостей всех возрастов. Сложно ли найти баланс между «взрослыми» муссами с оригинальным вкусом и любимыми классическими десертами для детей?

— Пять лет назад я бы сказал, что балансировать между классикой и новинками сложно — тогда все просили только «Наполеон» и «Красный бархат». А сейчас, к счастью, гораздо проще. Гости не боятся пробовать новое.

Я могу экспериментировать — брать за основу классические десерты и пере придумывать их или создавать что-то совсем необычное. И знаю: даже самые смелые сочетания, которые раньше многих удивили бы, сегодня нравятся. Классика по-прежнему любима, но и новое заходит «на ура».

Сейчас очень модна тема здорового питания. Просят ли гости в курорте веганские или безглютеновые десерты, и как вы решаете эту задачу, сохраняя вкус?

— Да, сегодня запрос на здоровое питание и правильные десерты огромен. И это больше не проблема. В нашей линейке — широкий выбор ПП-десертов, а также безлактозных и безглютеновых позиций. Мы много работали над каждым рецептом, чтобы довести вкус до идеала, и наши гости это ценят.

Как вы используете локальные продукты региона, в котором находится Alean Family Sputnik (фрукты, ягоды, травы)? Приведите пример «десерта с местным акцентом».

— Краснодарский край щедр на продукты, и не пользоваться этим было бы ошибкой. Мы заготавливаем местные фрукты и ягоды по сезону — инжир, хурму, клубнику, голубику, мушмулу. В пик сезона они идут огромными партиями, чтобы круглый год радовать гостей десертами из этих сочных, спелых плодов. Зимой в ход идут заготовки — пироги, торты, штучные десерты с локальными продуктами в составе. При этом мы всегда стараемся передать именно вкус самого продукта. Самый яркий пример — моти с шоколадным кремом, чили, начинкой из местного инжира и горгонзолы. Десерт с невероятной вкусовой палитрой, который стоит попробовать каждому.

Проводятся ли в курорте кулинарные мастер-классы для сладкоежек? И чем они интересны?

— Да, конечно, у нас в курорте проводят много кулинарных мастер-классов, в том числе по приготовлению кондитерских изделий.

Это всегда интересные и познавательные занятия, на которых не только юные гости, но и родители с удовольствием учатся создавать десерты. Это достаточно простые, но вкусные блюда, которые несложно повторить дома после завершения отдыха.



Ваша главная профессиональная гордость за последний год?

— Долго думал, что же ответить, и, наверное, отвечу так: моя гордость уже много лет — это моя команда, большая часть которой со мной уже более 10 лет. А наша общая гордость — это то, что, несмотря на весь ассортимент и привлекательность рынка сырья, порошков и так называемых упрощителей работы, я и моя команда остаёмся верны себе и работаем только на натуральных продуктах. Это для многих сейчас несовременно и нецелесообразно. Но мы выбрали своё направление и в нём движемся. Многие привыкли к искусственным вкусам, которые стали привычными и эталонными, но мы всё же за натуральность и качество своих изделий. Когда наши гости пробуют десерты, они могут быть уверены: состав максимально честный и натуральный.

Какой совет вы дадите родителям, которые приезжают к нам в курорт с детьми, чтобы их знакомство с миром десертов было не только сладким, но и осмысленным?

— Как я уже говорил, мы используем только качественные и натуральные ингредиенты. Поэтому, если нет противопоказаний к каким-то продуктам, смело давайте детям любые десерты. Главное, не всё за раз (смеётся). У нас большое семидневное десертное меню. Так что, как говорится, можно всё, но знайте меру — и не переусажайте.

Что вы пожелаете нашим гостям?

— Хочу пожелать нашим гостям, в первую очередь, крепкого здоровья. Больше путешествий и душевного спокойствия. Пусть каждый ваш день начинается с нашего вкусного завтрака и заканчивается сладким десертом! Наслаждайтесь нашим гостеприимством во всех его проявлениях.

БЕЗОПЕРАЦИОННАЯ ПОДТЯЖКА ЛИЦА ULTRAFORMER

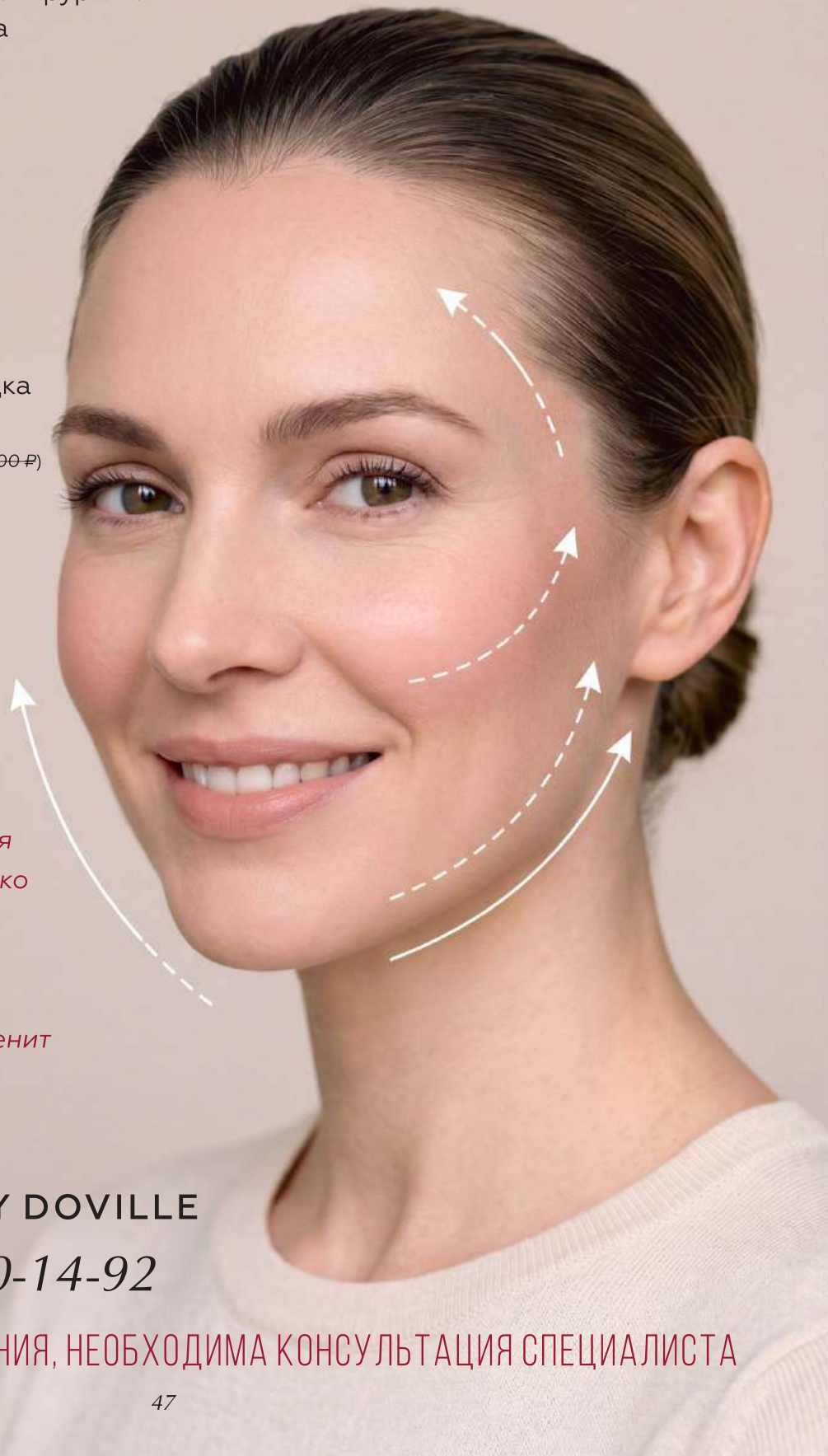
Это современная альтернатива хирургии.
Открытый взгляд, упругая кожа
и никаких морщин.

Минимум усилий —
максимум результата:

- От 200 линий — скидка 10%,
цена 17 100 ₹ (~~19 000 ₹~~)
- Коррекция второго подбородка
и брылей — от 500 линий
скидка 15%, цена 40375 ₹ (~~47 500 ₹~~)
- Лицо под ключ.
Полная проработка —
омоложение лица.
От 800 линий скидка 20%,
цена 60 800 ₹ (~~76 000 ₹~~);
от 1000 линий скидка 25%,
71 250 ₹ (~~95 000 ₹~~).

Минус десять лет без скальпеля
и долгой реабилитации — только
эффективность и прозрачная
экономия.

Ultraformer выбирают те, кто ценит
своё время и результат.



ALEAN FAMILY DOVILLE

☎ 8 800 100-14-92

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ПАРЕНИЯ В КЕДРОВАЯ БОЧКЕ И ВОДОРОСЛЕВОЕ ОБЁРТЫВАНИЕ

Гармония тела и природы — в одной процедуре.

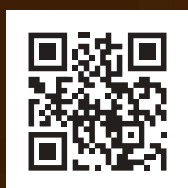
Начните с глубоко расслабляющего прогрева в кедровой бочке. Мягкое тепло снимает мышечное напряжение, активизирует обменные процессы, выводит токсины, нормализует давление и способствует глубокому, восстанавливающему сну.

Затем — обёртывание на основе микронизированных морских водорослей. Пока кожа максимально восприимчива, ценные компоненты проникают вглубь, насыщая её йодом, магнием, кремнием и другими микроэлементами.

Результат:

- Устранение признаков целлюлита
- Повышение упругости и эластичности кожи
- Улучшение цвета лица и тонуса тела
- Очищение организма и лёгкость в теле

Полное восстановление за 75 минут



ALEAN FAMILY RIVIERA

Центр красоты и здоровья Alean Family Riviera

☪ 2233 ☪ +7 918-647-17-26

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

КОНСЬЕРЖ-СЕРВИС

ПРОГУЛКА НА ПАРУСНОЙ ЯХТЕ

Все на борт! Настало время настоящего морского путешествия. Мы отправляемся покорять водную стихию на парусной яхте. Судно отличается особой эстетикой и элегантным дизайном. Вас ждёт выход в открытое море и, при желании, вы сможете окунуться в воды Чёрного моря, порыбачить, принять солнечные ванны под белоснежным парусом и сделать массу неповторимых кадров на свой фотоаппарат.

- *Продолжительность: от 1 часа*
- *Без предоставления трансфера*

САФАРИ-ПАРК

«Сафари-парк» — первый на Черноморском побережье реабилитационный центр для животных. На 150 га лесистого склона Маркхотского хребта раскинулся Геленджикский Сафари-Парк. Это своеобразный зоопарк под открытым небом, где более 250 животные содержатся практически на воле, и можно наблюдать за тем, как они ведут себя в дикой природе. Некоторых животных разрешается кормить специальным кормом, а «хрустальный мост», где даже пол из стекла, позволяет гулять над обширными вольерами медведей. Вы узнаете все тайны дикой природы, где живут амурский тигр, волки, лемуры, слоны, львы, медведи и множество других животных.

В стоимость входят:

- *Транспортные услуги*
- *Экскурсионное сопровождение в дороге*
- *Посещение парка*
- *Посещение набережной*

Дополнительно оплачивается входной билет в парк и билет на канатную дорогу

- *Продолжительность: до 8 часов*

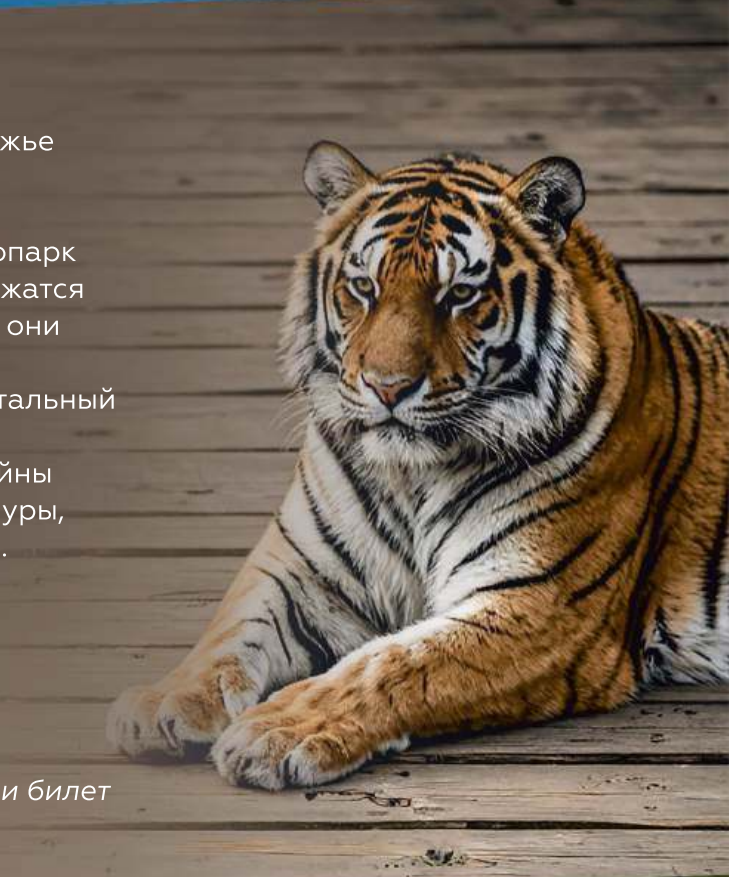
ДЖИПИНГ

Экскурсия на джипах — это экстремальный вид отдыха, в котором вы преодолеваете бездорожье на специально подготовленных внедорожниках. Это возможность насладиться адреналином, живописными видами и природой, а также получить незабываемые впечатления от преодоления сложных участков пути.

- *Продолжительность: 5-6 часов*

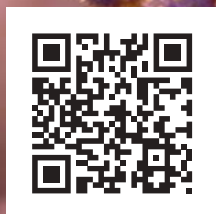
ALCAN CLUB MAJESTIC

📞 003 📞 +7 939 863-46-17



КОСМЕТИКА НА ОСНОВЕ ЛАВАНДЫ

- Зефирный скраб
- Соляной скраб
- Увлажняющий лавандовый крем
- Эфирное масло
- Освежающий гель для душа
- Гидролат
- Крем-суфле
- Саше
- Натуральное лавандовое мыло
- Бальзам для губ
- Свеча лавандовая



ALEAN FAMILY SPUTNIK



BOUTIQUE Корпус 1, этаж 1
BOUTIQUE EN MER Пляж

ФЕСТИВАЛИ ALEAN COLLECTION



Приглашаем в гастрономическое путешествие всей семьей

30 июня – 1 июля

Фестиваль «Летний джем»: погружение в мир ягод и фруктов.
Авторские блюда на гриле, домашние лимонады и пенная вечеринка.

30 – 31 августа

Фестиваль «Дыня и арбуз»: августовский микс сладости и свежести.
Арбузный гаспачо, фруктовые тартары и открытая дискотека.

30 сентября – 1 октября

Фестиваль «Овощной микс»: тёплая осень в тарелке.
Paгу и десерты из болгарского перца и тыквы, кулинарные мастер-классы.

В программе:

авторское меню

идеальный пикник

активности на любой возраст

пенная вечеринка (в летних программах)

танцы под открытым небом

живой звук, огоньки и хиты до самого вечера

Проведите выходные в ритме природы — сочно, вкусно и душевно.

aleà
FAMILY
DOVILLE

aleà
FAMILY
RIVIERA

aleà
FAMILY
BIARRITZ

aleà
FAMILY
SPUTNIK

aleà
CLUB
MAJESTIC

ALEAN FAMILY DOVILLE

Россия, г. Анапа, Пионерский проспект, д. 14
dovilleresort.ru

ALEAN FAMILY RIVIERA

Россия, г. Анапа, Пионерский проспект, д. 28
rivieraresort.ru

ALEAN FAMILY BIARRITZ

Россия, г. Геленджик, Маячная улица, д. 9
biarritzresort.ru

ALEAN FAMILY SPUTNIK

Россия, г. Сочи, Новороссийское шоссе, д. 17/1
sputnikresort.ru

ALEAN CLUB MAJESTIC

Россия, г. Анапа, Пионерский проспект, д. 20м
majestik-hotel.ru

ALEAN CLUB SOPHIA

Россия, Карачаево-Черкесская Республика, Зеленчукский район, село Архыз, посёлок Романтик, Горная улица, 34
aleanclubsophia.ru

ALEAN SELECT ALTAIR 4*

Россия, Карачаево-Черкесская Республика, Зеленчукский район, село Архыз, посёлок Романтик, Горная улица, 37
aleanselectaltair.ru

ALEAN SELECT PINO 5*

Россия, Карачаево-Черкесская Республика, Зеленчукский район, село Архыз, посёлок Романтик, Горная улица, 25
aleanselectpino.ru

ALEAN SELECT OLGINKA 4*

Краснодарский край, Туапсинский район, с. Ольгинка, мкр. Горизонт, д. 19, пом. 2
aleanolginka.ru

alean
collection

МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:



Alean Collection



Alean Family Doville



Alean Family Riviera



Alean Family Biarritz



Alean Family Sputnik



Alean Club Majestic



Alean Club Sophia



Alean Select Olginka



Alean Select Altair



Alean Select Pino 5*

ССЫЛКИ НА ПРИЛОЖЕНИЯ ОТЕЛЕЙ:



Alean Family Doville



Alean Family Riviera



Alean Family Biarritz



Alean Family Sputnik



Alean Club Majestic



Alean Club Sophia



Alean Select Olginka



Alean Select Altair

ЕДИНАЯ СЛУЖБА БРОНИРОВАНИЯ:

☎ 8 800 250 00 30

ALEANCOLLECTION.RU