

Naše zvijezde vole dobar relaks

Yoga, pilates, pranayama, morsko plavetnilo... Hrvatski celebrityjibiraju nježne i lagane načine opuštanja za okrepljenje uma i tijela. A najbolje je kada je cijeli vikend posvećen relaksaciji. Daniela Trbović, Nevena Rendeli, Lana Klingor zgodne su i kad ih se fotka u asana-pozama...

Magazin Sensa i portal Vikendplaner.info, organizirali su drugi Sensa vikend, jedinstveni program te vrste, idealan za sve koji svojem duhu i tijelu žele priuštiti nešto više, u luksuznom hotelu Le Meridien Lav, koji osim prekrasnih soba s pogledom na splitski akvatorium, nudi i golemi wellness-spa centar. Svi sudionici imali su priliku provesti savršen vikend rezerviran samo za svoju sreću te upoznati i družiti se s vrhunskim stručnjacima, koji su ih podučavali zdravom življenju u stilu Sense, magazina za sretniji život.

Osim brojnih čitatelja Sense, u Sensa vikendu uživali su i TV voditeljice Daniela Trbović i Nevena Rendeli te pjevačica Lana Klingor i njezin dečko Samo Samobol.

Kako nikad nemam dovoljno vremena za opuštanje, Sensa vikend idealan je za mene pa sam u dva dana uspjela odlično napuniti baterije. Obnovila sam neka znanja, naučila nešto novo, prisjetila se koliko me veseli vježbanje i vrijeme kada radim nešto samo za sebe. Zanimljive su mi bile vježbe disanja - pranayama koje mi koriste zbog mog voditeljskog posla. Uživala sam i u yogi i pilatesu koje sam sada pobliže upoznala, a na satu relaksacije Mirko Vragović mi je pokazao kako je malo potrebno da budemo zadovoljni i sretni. Life Coach Tatjana Divjak približila mi je životne stvari o kojima razmišljam, a na kraljevskom tretmanu Rejuvenation sam se potpuno opustila. Sensa vikend je moguće produljiti i po povratku kući jer sam naučila mnoge tehnike koje mogu sama primjenjivati za relaksaciju i duhovni mir., izjavila je Daniela Trbović.

Romantika zajamčena

Povela sam dečka jer je Sensa vikend idealan odmor i za parove. I nisam se prevarila - proveli smo prekrasna dva dana u opuštanju i razgovoru što nam je zbog obaveza gotovo nemoguće tijekom tjedna. Zajedno bismo doručkovali, zatim bih ja odlazila na yogu, a on na fitness da bi se opet našli u zjedničkom opuštanju i energetskej masaži na rejuvenation programu. Sada smo se nakon romantičnog i relaksirajućeg vikenda oboje vratili kući zadovoljni, ispunjeni i odmorni., zaključila je Lana Klingor.

