

НАШИ
ЭКСПЕРТЫ

ЯАНА ПЕТАЯ,
директор велнес-поселка Анттоланхови



**ЭЙИЯ
МАРТИКАИНЕН,**
менеджер по продажам велнес-поселка Анттоланхови



ХАРРИ ВЕКМАН,
шеф-повар ресторана велнес-поселка Анттоланхови



ИСКУССТВО отдыха

Дом на берегу озера, вокруг лес, поют птицы, я не смотрю на часы и никуда не тороплюсь — так визуализировала я, собирая чемодан в Финляндию. Материализация мыслей превзошла все мои ожидания. В велнес-поселке Анттоланхови я по-настоящему ощутила гармонию души и тела.

Спокойствие и умиротворение всегда возникают у меня, как только я оказываюсь на земле Суоми. Они же заставляют меня возвращаться сюда вновь. Это уже четвертая поездка в Финляндию. Обычно я предпочитаю путешествовать на самолете — быстро и комфортно, особенно с авиакомпанией AirBaltic. Но в этот раз сделала исключение и в велнес-поселок Анттоланхови отправилась за рулем автомобиля. Преодолев расстояние от Москвы до Санкт-Петербурга, решила отдохнуть и переночевала в отеле. На следующее утро продолжила путь. Без проблем прошла паспортный контроль на границе и поехала по трассе № 13 на город Миккели. Честно говоря, боялась заблудиться, однако быстро сориентировалась на местности. На дорогу потратила около пяти часов, тем не менее не чувствовала себя уставшей. Вообще, ездить по финским дорогам одно удовольствие. Водители здесь руководствуются принципом «тише едешь — дальше будешь». Максимальная разрешенная скорость на магистральных трассах 100 км/ч, никто не создает аварийных ситуаций. Свернув по указателю на Анттоланхови, я без проблем добралась до пункта назначения.

ЭТО НЕ СОН

«У вас 801-я вилла», — сказала мне по-русски на ресепшен приветливая менеджер Марина и показала на карте ее расположение. Подъезжая к своему жилищу мимо лесных пейзажей, достойных кисти художника, я увидела то, о чем мне с восторгом рассказывали друзья, —



Art & Design-виллы. Поражающие воображение деревянные постройки расположились на склоне берега и рядом с зеркально-чистым озером Сайма.

Оказалось, что моя вилла находится прямо у воды. Приятно, что у входа в этот арт-объект, похожий на букву «Г», уже стоял заранее подготовленный для меня велосипед. Но каково было удивление, когда буквально в двух шагах от входной двери я обнаружила растущие белые грибы, лисички и бруснику! Переступив порог, я без преувеличения оказалась в сказке.



Возможно все

В любое время года в Анттоланхови можно найти занятие по душе. Из летних и осенних outdoor-программ — катание на велосипеде по живописным окрестностям, путешествие на каноэ по просторам величественного озера Сайма, хайкинг по местным маршрутам, nordic walk, рыбалка, сбор грибов и ягод. Зима — время катания на коньках, лыжах и снегоходах.

ВОДА ИЗ-ПОД КРАНА ЗДЕСЬ ТАКАЯ ЧИСТАЯ И ВКУСНАЯ, ЧТО ЕЕ МОЖНО ПИТЬ ДАЖЕ НЕКИПЯЧЕНОЙ. ПОСЛЕ ДУША НЕ ВОЗНИКАЕТ ОЩУЩЕНИЯ СЯНУТОСТИ КОЖИ И НЕ ПРИХОДИТСЯ ИСПОЛЬЗОВАТЬ УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ.

ВИЛЛЫ, КОТОРЫЕ ПОСТРОИЛА...

Представьте себе пространство, полное света и воздуха. Вам в нем комфортно, вы чувствуете только свободу движений, вас ничего не ограничивает. Именно такое ощущение возникло у меня и не покидало всю неделю проживания здесь. Наверное, потому что финский архитектор Эмма Йоханссон, которая и спроектировала эти необычные виллы, использовала наряду с минимально обработанным деревом огромные окна в качестве одной из стен.

Первым делом я прошла в просторную гостиную — из нее открывался панорамный вид на озеро Сайма, вышла на террасу, сняла обувь, босиком спустилась по деревянным ступенькам к собственному причалу, села на лавочку и стала созерцать окружающие пейзажи. Тишина, покой... Вот оно — единение с природой!

РОСКОШЬ ЭКО

После осмотра своих владений я пришла к выводу, что для тех, кто хочет отдохнуть от суеты мегаполиса и устроить себе программу антистресса — это лучший вариант для проживания.

Здесь чувствуешь себя как дома. Кажется, что кто-то сделал все именно так, как ты хотела, вплоть до мелочей. Концептуальный дизайн интерьера, сочетающий в себе простоту и комфорт, стильная мебель, современная бытовая техника, регулируемая система освещения, камин и связки дров для них, лежащие рядом, создают неподдельную атмосферу уюта. Когда находишься в гостиной с окнами в пол, ловишь себя на мысли, что окружающая природа тоже удачно вписана в интерьер. А еще каждая вилла имеет своего именного художника, чьи работы выставлены в ней. Я получала эстетическое удовольствие от работ финского фотографа Юсси Тиайнена.

«Наши номера, виллы и таунхаусы подходят и для проживания людей, страдающих аллергией. Все материалы, используемые для поверхностной отделки и в интерьере, натуральные и экологически чистые. Так, на виллах полы выполнены из натурального камня, стены — из финской березы, плитки во дворе — из финского камня. Из текстиля — лен,

хлопок и шерсть. Также некоторые номера предназначены для гостей с нарушениями опорно-двигательного аппарата», — говорит Эйя Мартикаинен.

СПА И НЕ ТОЛЬКО

В своей личной сауне с ароматом дерева процесс парения превращается в спа-ритуал. После этого можно укутаться в мягкий халат и выйти на террасу, полежать в шезлонге или устроить закаливающие процедуры и искупаться в прохладном озере Сайма. Тем более удобный заход, песчаное дно и незначительная глубина возле берега весьма располагают к этому. При желании есть возможность пригласить на виллу косметолога и сделать, например, торфяной уход для лица и тела или аюрведический массаж. И все это в приватной обстановке. Релакс обеспечен!

Если в ваших планах глобальная программа оздоровления и омоложения, то вам в спа-центр Day Spa Clementine. Все уходы для лица и тела специалисты проводят с применением натуральной косметики с растительными экстрактами и маслами. «Напоить» сухую кожу — миссия сафлорового масла и лесного ореха, снять красноту и укрепить капилляры призван микс экстрактов лаванды, ромашки и календулы.

С первыми признаками старения борются коллаген и эластин. Для достижения более видимого anti-age эффекта попробуйте озонотерапию. «Из новинок у нас плазмолifting. Несмотря на то что эта процедура появилась совсем недавно, она уже пользуется большой популярностью среди гостей», — комментирует Яна Петая.

Факты

- ➔ Озерная система Сайма — уникальный и единственный в своем роде природный объект.
- ➔ Виллы настолько гармонично вписываются в окружающий ландшафт и копируют рельеф прибрежного склона, что природа является неотъемлемой частью архитектуры.
- ➔ Уже в течение нескольких лет в выставочных залах велнес-поселка Анттоланхови проходят выставки современного искусства NoviArt под руководством финского скульптора Кари Кавена.



цифры

- 6 ART & DESIGN-ВИЛЛ ПОСТРОЕНО ПО ПРОЕКТУ «ФОНАРИ» ФИНСКОГО АРХИТЕКТОРА ТИМО ЛЕЙВИСКИ НА СКЛОНЕ ОЗЕРА САЙМА (В НИХ МОГУТ ПРОЖИВАТЬ 2, 4, 6 И 10 ЧЕЛОВЕК)
- 7 ART & DESIGN-ВИЛЛ ПОСТРОЕНО ПО ПРОЕКТУ «ОБЪЯТИЕ ПРИРОДЫ» ФИНСКОГО АРХИТЕКТОРА ЭММЫ ЙОХАНССОН НА БЕРЕГУ ОЗЕРА САЙМА (В НИХ МОГУТ ПРОЖИВАТЬ 2–4 И 5–6 ЧЕЛОВЕК)
- 78 ТАУНХАУСОВ РАСПОЛОЖЕНО НА ТЕРРИТОРИИ ВЕЛНЕС-ПОСЕЛКА АНТТОЛАНХОВИ
- 55 НОМЕРОВ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ ЕСТЬ В ОТЕЛЕ ВЕЛНЕС-ПОСЕЛКА АНТТОЛАНХОВИ



ДЛЯ МЕНЯ РОСКОШЬ — ПОЧИТАТЬ КНИГУ, ПРОГУЛЯТЬСЯ ПО ЛЕСУ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, ПОБЫТЬ НАЕДИНЕ С СОБОЙ — ВСЕ ЭТО ВОЗМОЖНО В АНТТОЛАНХОВИ, В МОСКВЕ НИКОГДА НЕ ХВАТАЕТ НА ПОДОБНОЕ ВРЕМЕНИ.

Дорога ближняя



Экономите свое время? Самый быстрый способ добраться до Анттоланхови — воспользоваться рейсами авиакомпании AirBaltic (www.airbaltic.ru). Перелет до Лаппеенранты займет у вас всего 3 ч 20 мин. С Apple Ipad, который вам предоставят на борту самолета, время пройдет незаметно. А в Лаппеенранте вас уже будет ждать специальный автобус, он довезет до велнес-поселка Анттоланхови.



ТРЕСК ПОЛЕНЬЕВ В КАМИНЕ И СОЗЕРЦАНИЕ ПЛЯСОК ОГНЯ СРОДНИ МЕДИТАЦИИ.



Среди массажей лидируют лимфодренаж и стоун-терапия. Первый позволяет за несколько сеансов вывести из организма лишнюю жидкость и немного похудеть, а второй за полтора часа заставляет забыть обо всех негативных эмоциях и почувствовать в буквальном смысле легкость бытия. Проверено!

ФИТНЕС КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Глядя на финских бабушек и дедушек, бодро шагающих с лыжными палками как по лесным тропинкам, так и в центре города Миккели (он находится примерно в 25 км от Анттоланхови), понимаешь, что это одна из самых спортивных наций мира. А nordic walk здесь традиционный вид фитнеса. Вот почему в своем шкафу в коридоре вместе со спасжилетом, прилегающим к весельной лодке, ждущей меня у причала, я обнаружила лыжные палки. И не преминула ими воспользоваться на прогулке в близлежащем сосновом бору. Еще в мое фитнес-расписание входило плавание в бассейне, занятия аэробикой и в тренажерном зале. А вот поиграть здесь в теннис, волейбол, баскетбол, хоккей на полу, бадминтон и пинг-понг я решила в следующий раз. Чуть не забыла: каждое утро ездила на велосипеде на завтрак в ресторан. По дороге туда улучшается аппетит, а после трапезы сжигаются лишние калории.

САМИ МЫ МЕСТНЫЕ

Адепты правильного питания и здорового образа жизни останутся довольны меню от шеф-повара Харри Векмэна. «При приготовлении блюд я использую местные специалитеты: свежее мясо, рыбу, сезонные овощи, ягоды, грибы. Из способов термической обработки предпочитаю наиболее полезные — копчение, гриль, пар», — поясняет Харри.

Обычно на завтрак я брала овсяную или ржаную кашу (иногда омлет), свежеспеченный цельнозерновой хлеб с маслом и сыром низкой жирности, натуральный йогурт с ягодами, из напитков — море, молоко или чай. Гурманам наверняка придется по вкусу ужин a la carte. Непре-

менно стоит попробовать стейк из мяса молодого бычка. Я заказывала этот деликатес несколько раз — настолько он бесподобен. Впечатлили меня и десерты — легкие и низкокалорийные. Кефирный пудинг с ягодами, шоколадный мусс с малиновым киселем и мой самый любимый — черника с мороженым и карамельным соусом. Специально для вас я попросила у Харри этот рецепт. Наслаждайтесь!

С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ

Еще одна приятная новость: даже если вы приехали на отдых с семьей, но вам совершенно не хочется стоять у плиты, можно вызвать повара, и он порадует вас кулинарными изысками. Другой вариант — заказать на виллу корзину с завтраком или бранч. Вот это пятизвездочный сервис! В один из дней я решила себя побаловать и воспользовалась этой возможностью. Прямо на террасе мне накрыли стол, поставили цветы — это было вкусное и аристократичное начало дня.

Вот и подходят мои финские каникулы к завершению. Немного грустно уезжать, хотя цель — отдохнуть и обрести гармонию души и тела — достигнута.

Еще раз перечитала текст, сходила на причал, бросила монетки, чтобы непременно сюда вернуться, и отправила статью по e-mail ответственному редактору. Кстати, Интернет здесь работает отлично. **KB**

Благодарим за помощь в подготовке материала велнес-поселок Анттоланхови (www.anttolanhovi.fi) и лично директора Яану Петая.



Десерт «Черника с мороженым и карамельным соусом»

Рецепт от Харри Векмэна

- 100 г свежей черники
- шарик молочного мороженого
- крошка шоколадного печенья
- и листик мяты для украшения

Для карамельного соуса:

- 250 г сахара
- 100 мл сливок
- 1 ст. л. сока лимона
- 50 г размягченного сливочного масла

Положите сахар в сотейник с глубоким дном, добавьте лимон-

ный сок. На медленном огне, постоянно помешивая, растворите сахар — пока он не превратится в золотистую карамель. Влейте сливки и, опять помешивая, доведите соус до кипения. После этого добавьте сливочное масло, оно должно растаять, затем перемешайте все до однородной консистенции. Выложите в центр плоской тарелки чернику, а сверху — шарик молочного мороженого. Полейте края тарелки по кругу карамельным соусом. Посыпьте мороженое крошкой шоколадного печенья и украсьте листиком мяты.