

# Harper's BAZAAR

*ESCAPE*

## BÜYÜLÜ YOLCULUK

*Bazaar dünyaya açılıyor ve  
Hindistan'dan Bali'ye uzanan  
cezbedici bir spa rehberi sunuyor.*



## TROPİKAL MOLA

*Spa destinasyonları, rahatlatıcı terapilerin dışında birçok farklı nitelik taşıyor. Eğer aradığınız özellik meditasyon, vahşi doğa, yoga, sörf ya da detoks programıysa, listemizi dikkate alın. PELİN HASÇALIK*

### SAĞLIKLI BESLENME COMO SHAMBHALA ESTATE BALI

Bali'nin Ubud bölgesinde yer alan Como Shambhala Estate yoga eğitmenleri, ayurveda ve beslenme uzmanlarıyla inzivaya çekilmek isteyenler için ideal bir seçim oluşturuyor. İmza masaj terapileri, tırmanış ve yürüyüş gibi açık hava aktiviteleriyle ünlü merkez, çiğ beslenme restoranıyla da meşhur. Pişmemiş beslenme biçiminden hoşlanmayanlar için ayrıca yaratıcı yiyeceklerden oluşan bir menü de mevcut. Como Shambhala, Asya'nın Avrupa tasarımıyla bulunduğu lüks bir dekorasyona sahip. Ancak bu destinasyonun tercih edilmesinin en önemli sebeplerinden biri de uzman terapistleri. Dünyaca ünlü pilates, yoga, meditasyon ve fitness uzmanlarıyla çalışabilmenin yanı sıra uzman diyetisyenlerin size özel hazırladığı menülerden de yararlanabilirsiniz. [comohotels.com/comoshambhalaestate](http://comohotels.com/comoshambhalaestate)

### ISSIZ VADI

## EMIRATES WOLGAN VALLEY AVUSTRALYA

Avustralya'nın güneydoğusunda yer alan New South Wales eyaleti, Emirates Wolgan Valley Resort & Spa adresine ev sahipliği yapıyor. Merkezde yer alan geleneksel terapiler tamamen doğal içeriklere sahip Sodashi markasıyla gerçekleşiyor. Markanın kurucusu Megan Larsen ve Nigel Franklyn, Wolgan Vallet'teki terapistlere eğitimler veriyor. Görkemli terapi odaları ve Japon stilindeki küvetleriyle dikkat çeken destinasyona ilk gittiğinizde sizden hayalinizdeki spa programınızı anlatmanız isteniyor. Sıcak kompres masaj ile başlayan rahatlatıcı terapi, sıcak taşlar ve Avustralya'ya özgü aromatik yağlarla devam ediyor. [wolganvalley.com](http://wolganvalley.com)





### BALERİN ZARAFETİ BARRE BODY INTERCONTINENTAL FİJİ

Tropikal sahil manzaraları, rahatlamaya uygun mükemmel ambiyanslar sunar ancak tembellik de yaratabilir. Bu sebeple, baleden esinlenilerek yaratılan egzersiz programları enerji kazandırmaları açısından tercih edilebilir. Fiji'de konumlanan Barre Body Intercontinental açık havada uygulanan dersleri, farklı yoga programları ve havuz kenarında özel hoca eşliğinde düzenlenen egzersizleriyle öne çıkıyor. Aynı zamanda, menüde yer alan cezbedici, taze ve sağlıklı yiyecekler sayesinde yeşil sebze kokteyllere de yönelebiliyorsunuz. [barrebodycom.au/fiji](http://barrebodycom.au/fiji)



### LÜKS KONFOR ESCAPE HAVEN AVUSTRALYA

New South Wales bölgesindeki Byron Bay'de yer alan Escape Haven iki büyük konforlu çadırı ve çevresini saran villa tarzındaki lüks yapılarla hizmet veriyor. Beş dakika yürüyüş sonrası vardığınız sahil bölgesi sörf dersleri ile iddialı. Sağlıklı beslenmeyi eyleme döken yemek derslerinde, pişirme teknikleri uygulamalı olarak anlatılıyor. [escapehaven.com](http://escapehaven.com)

### ETKİLİ DETOKS ANANDA HIMALAYAS HİNDİSTAN

Detoks programıyla yorgun düşen vücudunuzu yenilemek istiyorsanız, Himalayalar'daki Ananda size göre bir seçim. Yoga ile detoksun harmanlandığı programlar isteğe göre üç haftaya kadar sürebiliyor. İlk olarak uzman bir doktorla yapacağınız görüşme ile size özel bir program belirleniyor. Yoga, meditasyon ve nefes teknikleri içeren ayurveda programı, aynı zamanda diyet ve detoks ile stresi azaltmayı vad ediyor. İyi hissetmenizi sağlayacak bu sürece toksin atıcı aromatik yağlar eşliğinde hazırlanan bitkisel masajlar eşlik ediyor. [anandaspa.com](http://anandaspa.com)



### YOGA DİSİPLİNİ ULPOTHA SRI LANKA

Sri Lanka'da konumlanan Ulpotha, yoga destinasyonu olarak tanınsa da, kendini yalın bir biçimde 'Sri Lanka'da bir köy' olarak tanımlıyor. Merkezin kurucuları birer vejeteryen değil, düzenli şekilde yoga yapmıyorlar ancak bir şekilde vegan özelliğiyle öne çıkan, doğa dostu bir merkez kurmayı başarıyorlar. Ulpotha'da elektrik ve internet bağlantısı yok. Yemek servisleri büyük bir alanda, geleneksel şekilde servis ediliyor. Yoga dersleri, dünya çapında tanınan eğitmenlere göre değişim gösteriyor. Merkezde hamaklar, ağaçtan evler bulunuyor ve rehber eşliğinde yürüyüşler yapılabilir ya da gölde yüzülebilir. [ulpotha.com](http://ulpotha.com)

### SÖRF ZAMANI SURF GODDESS RETREATS BALI

Bali'nin en kalabalık bölgelerinden Seminyak'ta yoğun trafiğe denk gelmeniz şaşırtıcı olmaz. Fakat caddelerde sıralanan bambular, bu kargaşayı unutturan ve sakinliğe çağrı yapan nitelikte. Asmalarla çevrelenmiş lüks villaların duvarları, panjurlu evler, açık yeşil tonlardaki havuzlar, ahşap zeminli yoga çadırları ve sedirler Seminyak'ın kendine özgü tarzını belirleyen başlıca simgelerden. Bölge aynı zamanda, Surf Goddess Retreats merkezine de ev sahipliği yapıyor. Bu merkezi ziyaret eden çoğu kişi hayatlarında bir ilk de olsa sörf deneyimini yaşamak için burayı tercih ediyor. Yoga ve bisiklet turlarının dışında alternatif aktivite arayışında olanların da tercih ettiği destinasyon, aynı zamanda spa terapileriyle de popüler. [surfgoddessretreats.com](http://surfgoddessretreats.com)



### ARINMA VAKTI ABSOLUTE SANCTUARY KOH SAMUI TAYLAND

Tayland deyince akla ilk olarak spa terapileri ve yoga kampları gelir. Fakat Fas stiline esinlenen Koh Samui adasında yer alan Absolute Sanctuary, bu klasik algıyı değiştiren bir butik otel. Merkezde yer alan programlar, uzun yaşamın sırrı olarak sindirim sistemini hedefleyen arınma tedavilerine odaklanıyor. Yoğun olarak sıvı besinler, içecekler ve çorbalar içeren program ayrıca toksinlerden arındırıcı masaj terapileri, yoga sınıfları ve yüzme dersleriyle de destekleniyor. [absolutesanctuary.com](http://absolutesanctuary.com)

