

# NOUL X7



BAYERISCHE MOTOREN WERKE

**Autospace SRL** - Importator general BMW AG in Republica Moldova.  
Adresa: Chișinău, str. Bucuriei 18a; tel: (+373 22) 123 100; www.bmw.md.

AQUATERRA  
*lifestyle*

SPRING 2019

AQUATERRA *lifestyle* | Spring 2019





# OASIS

APARTMENTS

- planificări unice
- metraj: de la 48 până la 250 m<sup>2</sup>
- 3 lifturi pentru fiecare scară
- parcare subterană cu 2 nivele
  - ogradă închisă, fără mașini
  - lobby: de la 50 la 100 m<sup>2</sup>
- parc cu suprafață peste 1 Ha în centrul complexului
  - pază 24/24h
  - 250 camere de supraveghere video
  - sistem unic de securitate antiincendiu
- centru de dezvoltare timpurie Star Kids
  - club fitness Aquaterra cu SPA și bazin
  - restaurant în curtea casei Dvs
  - concierge service 24/7



DACĂ ALEGI, ALEGE CE-I MAI BUNI!

Chisinau, str. Bogdan Voievod 1 / 022 87 00 00  
[www.oasis-apartments.md](http://www.oasis-apartments.md)



*Tastes of Spring*

Rooftop Terrace | 9<sup>th</sup> Floor  
Radisson Blu Le Grand Hotel Chisinau  
Monday – Saturday | 17:00 – 01:00  
R: +373 78 201-210 | [www.zaxt.md](http://www.zaxt.md)

Bechă 2019 | Primăvara 2019 | Spring 2019



# *lifestyle* EDITORIAL BOARD

**Главный редактор**  
ОЛЬГА ИФТОДИЙ

**Менеджер проектов**  
НАТАЛЬЯ ОНОФРЕЙ

**Над номером работали:**  
НАТАЛЬЯ ДУХЛИКЕР  
АРПИНЕ ПЕТРОСЯН  
ИЛЬЯ БРИЯ  
ВИКТОРИЯ ЦУРКАН

**Журналист**  
КРИСТИНА ЦУРКАН

**Фотограф**  
ДРАГОШ КОЖОКАРУ  
РОМАН ДУЛЧЕ  
КРИСТИ БУТУЧЕГ  
ШАТОВА НАТАЛЬЯ

**Redactor șef**  
OLGA IFTODII

**Manager de proiect**  
NATALIA ONOFREI

**Editori**  
NATALIA DUHlicher  
ARPINE PETROSIAN  
ILIE BRIA  
VICTORIA TURCAN

**Jurnalist**  
CRISTINA ȚURCAN

**Fotografi**  
DRAGOŞ COJOCARU  
ROMAN DULCE  
CRISTI BUTUCEC  
NATALIA SHATOVA

**Editor in chief**  
OLGA IFTODII

**Project manager**  
NATALIA ONOFREI

**Editors**  
NATALIA DUHlicher  
ARPINE PETROSIAN  
ILIE BRIA  
VICTORIA TURCAN

**Journalist**  
CRISTINA ȚURCAN

**Photography**  
DRAGOŞ COJOCARU  
ROMAN DULCE  
CRISTI BUTUCEC  
SHATOVA NATALIA

Design Studio COLORIA  
tel.: +373 22/ 00 99 09  
[www.coloria.md](http://www.coloria.md)

# Содержание

CONTINUTUL | CONTENTS



8.

## 8 AQUATERRA PHOTO PROJECT

8 AQUATERRA FEMME  
58 A FINE AXCESS

## 14 SPECIAL GUEST

EMIN

## 72 FASHION

## 26 BEAUTY & WELLNESS

SPRING MUST DO TREATMENTS

## 64 AQUATERRA PEOPLE

64 VALERII SUMILOV  
86 OLESEA DIACOVA

## 104 AQUATERRA KIDS

104 STAR KIDS  
111 SPORT SCHOOL

14.



72.

## 92 AQUATERRA RECOMMENDS

92 OASIS  
98 HOTEL

## 122 AQUATERRA MINDFULNESS

SPRING AWAKENING

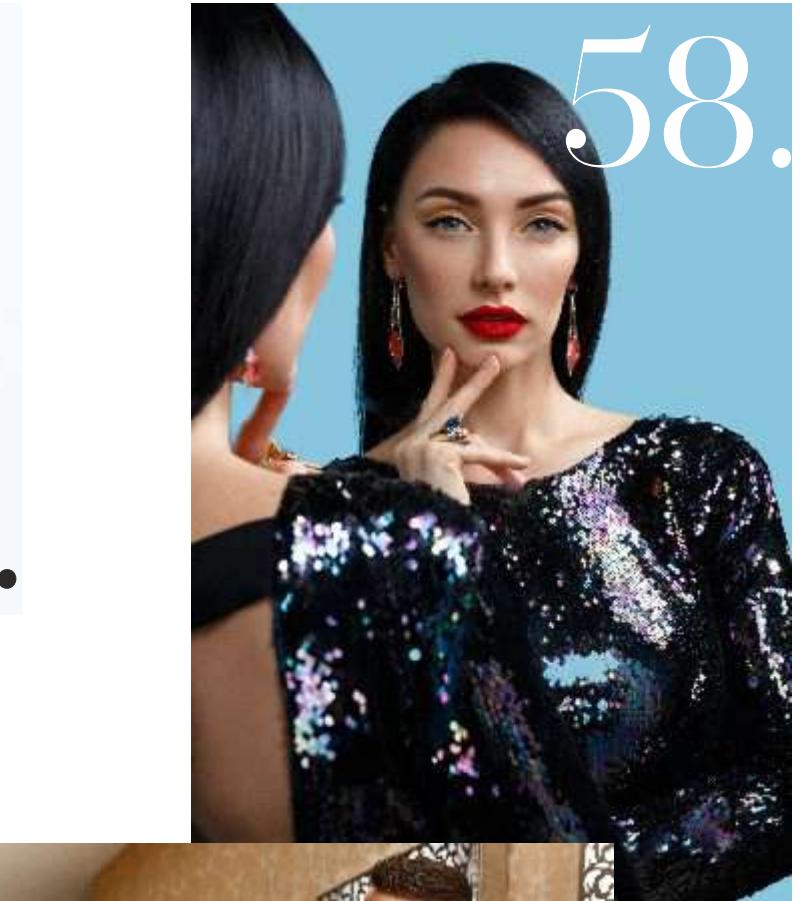
## 132 AQUATERRA TRAVEL

DUBAI

## 138 AQUATERRA LIFE



132.



58.



48.



138.

# EDITOR'S NOTE



## Слово Редактора

### Весна – время перемен.

Мы решили, что весенний сезон перемен – это самое время выпустить наш первый журнал.

Весна еще в древние времена считалась праздником начала нового года, новых дел, успешным периодом для новых начинаний. В Древнем Риме новый год отсчитывали с 1-го марта до перехода на юлианский календарь. Календарь изменили, а весна и по сей день осталась временем ухода всего старого и рождения нового, временем цветения и пробуждения от сна природы, а вместе с ней и всего живого на планете. Меняется мир вокруг нас. Меняемся и мы сами: обновляем гардероб, делаем модные стрижки, бежим в тренажерный зал, задумываемся о правильном питании. Весной начинается новый модный сезон, дизайнеры и модельеры заставляют нас по-другому взглянуть на наш гардероб. Улицы города ожидают после зимней спячки и заполняются счастливыми людьми. От одного слова «весна!» веет ароматом свежести и обновления, хочется вдохнуть полной грудью и помчаться навстречу новому счастью. Мы ждем чего-то хорошего, просыпаемся от солнечных лучей, заглядывающих в окно, и с радостью встречаем наступивший день.

Согласитесь, как бы легко это ни звучало, но с чистого листа судьбу не напишешь, да и не нужно, наверное. А нужно, когда это все-таки необходимо, набраться сил и сделать один смелый, может, не очень приятный, но шаг, один шаг, после которого все должно быть иначе... об этом вы узнаете из двух наших интервью в рубрике Aquaterra People.

А также в нашем первом номере журнала мы не обошли тему женского праздника стороной и конечно же не осталась в стороне тема женского в этом выпуске, которая раскрыта в двух наших фотопроектах.

Наверно, потому, что именно весна дарит мне всегда силы, необыкновенное состояние души, вдохновение. Я счастлива, что смогла подарить нашим читателям глоточек свежего воздуха, позитива, доброты и воспоминаний о зимнем сезоне наших красивых мероприятий, ведь все это собрано и реализовано в нашем журнале.

Впустите в дом весенние перемены – они всегда к лучшему. Пока мы меняемся, мы сохраняем молодость души и радость жизни.

#### С новой весной вас!

Главный редактор,  
управляющая сетью клубов  
Aquaterra

Ольга Ифодий

## Primăvara-anotimpul schimbărilor.

Am hotărât că sezonul schimbărilor de primăvară este perioada perfectă pentru lansarea primei noastre reviste.

Primăvara, chiar și în cele mai străvechi timpuri, a fost considerată o sărbătoare care marchează începutul unui nou an, a unor noi afaceri, o perioadă de succes pentru planuri și aspirații noi. În Roma antică, până la trecerea la calendarul Iulian, anul nou se începea din 1 Martie.

Calendarul a fost schimbat, însă Primăvara și astăzi reprezintă un simbol al invigoririi și al învierii. Este anotimpul ivirii unui nou ciclu de viață. Primăvara reprezintă cel mai impresionant anotimp al anului iar natura dovedește asta!

Astfel ecoul ei verde, neînverzește... sufletele!

Lumea din jurul nostru se schimbă. Ne schimbăm și noi: astfel ne actualizăm garderoba, mergem la coafor, frecventăm sala de fotă, ne gândim la o nutriție sănătoasă. De asemenea, cu sosirea primăverii, designerii își crează noi colecții, fiind inspirați de frumusețea acestui anotimp miraculos. Străzile orașului reînvia după o lungă hibernare, fiind pline de o mulțime de oameni fericiți. Cuvântul "primăvară" se asociază cu o dulce adiere de prospetime, care ne face să credem din nou în minuni, astfel trezind apetitul de a trăi în armonie cu noi însine. Fiți de acord, cât de simplu nu ar suna, dar nu-ți poți scrie soarta de la zero, și consider eu, că nici nu trebuie. Însă, atunci când este necesar, trebuie să-ți strângi toate forțele și să faci un pas destul de îndrăzneț, un pas care va aduce multe schimbări.

Desigur că e ceva mai greu, dar uneori suntem conștiinți să ne luăm destinul în propriile mâini... veți afla mai multe despre acest subiect din cele două interviuri din rubrica Aquaterra People.

De asemenea, în prima ediție a revistei noastre, nu am ocolit subiectul femeilor, astfel am subliniat frumusețea și supremăția lor în două foto proiecte impresionante.

Probabil că primăvara îmi dă puteri, o stare extraordinară de spirit, și multă inspirație. Sunt nespus de fericită că am putut să ofer cititorilor noștri o suflare de aer proaspătă, o bunătate continuă și amintiri uimitoare ale sezonului de iarnă bogat în evenimente deosebite, toate fiind colectate și incluse în revista noastră.

Lăsați primăvara în casele voastre – schimbările acestui anotimp sunt spre bine. În timp ce ne schimbăm, păstrăm tinerețea sufletului și bucuria vieții.

### Vă urez o primăvară incredibil de frumoasă!

Redactor-șef,  
Manager General al cluburilor Aquaterra  
Olga Iftodii

## Spring – season of changes.

We have decided that spring is the greatest season to launch our first magazine.

Spring, even in the ancient times was considered a celebration that marks the beginning of a new year, of a new business, and a successful period for new plans and new aspirations. In ancient Rome, until the Julian calendar, the New Year began on 1 March. The calendar has changed, but spring, even today remained a symbol of revival and resurrection. It is the season of the emergence of a new life cycle. Spring is the most impressive season of the year and nature proves this, continuously!

Therefore, its green echoes, flourishes... our souls! The world around us is changing. We change ourselves, too: so we are updating our wardrobe, we are going to the hairdresser, we are going to the gym, and we are thinking about healthy nutrition. In addition, with the arrival of the spring, designers create new collections, being inspired by the beauty of this miraculous season. The streets of the city revive after long hibernation, filled with many happy people. The word "spring" is associated with a sweet whiff of freshness that makes us believe again in miracles, thus arousing the appetite to live in harmony with ourselves.

It is not as simple as it sounds, but you cannot write your fate from scratch, and believe me, you don't even have to do it. However, when necessary, you must gather all your strength and take a bold step, a step that will bring many changes. Of course it's a little harder, but sometimes we're forced to take our destiny in our own hands ... you'll learn more about this topic from the two interviews from the Aquaterra People column.

Also, in the first edition of our magazine, we did not avoid the subject of women, so we emphasized their beauty and supremacy in two impressive photo projects.

Probably spring gives me strength, a great state of mind, and a lot of inspiration. I am extremely happy to have been able to give our readers a breath of fresh air, continuous kindness and amazing memories of the winter season, which was rich in special events, all of them being collected and included in our magazine.

Let spring into your houses - the changes of this season are for the better. As we change, we keep the youth of the soul and the joy of life.

### I wish you an incredibly beautiful spring!

Editor-in-chief,  
General Manager of Aquaterra Clubs  
Olga Iftodii

# AQUATERRA *Femme*

Spring is that time of the year to celebrate women power.  
Especially Aquaterra WOMEN. These ladies need no introductions.



Model: Elena Sergheeva



Model: Nadejda Andronachi

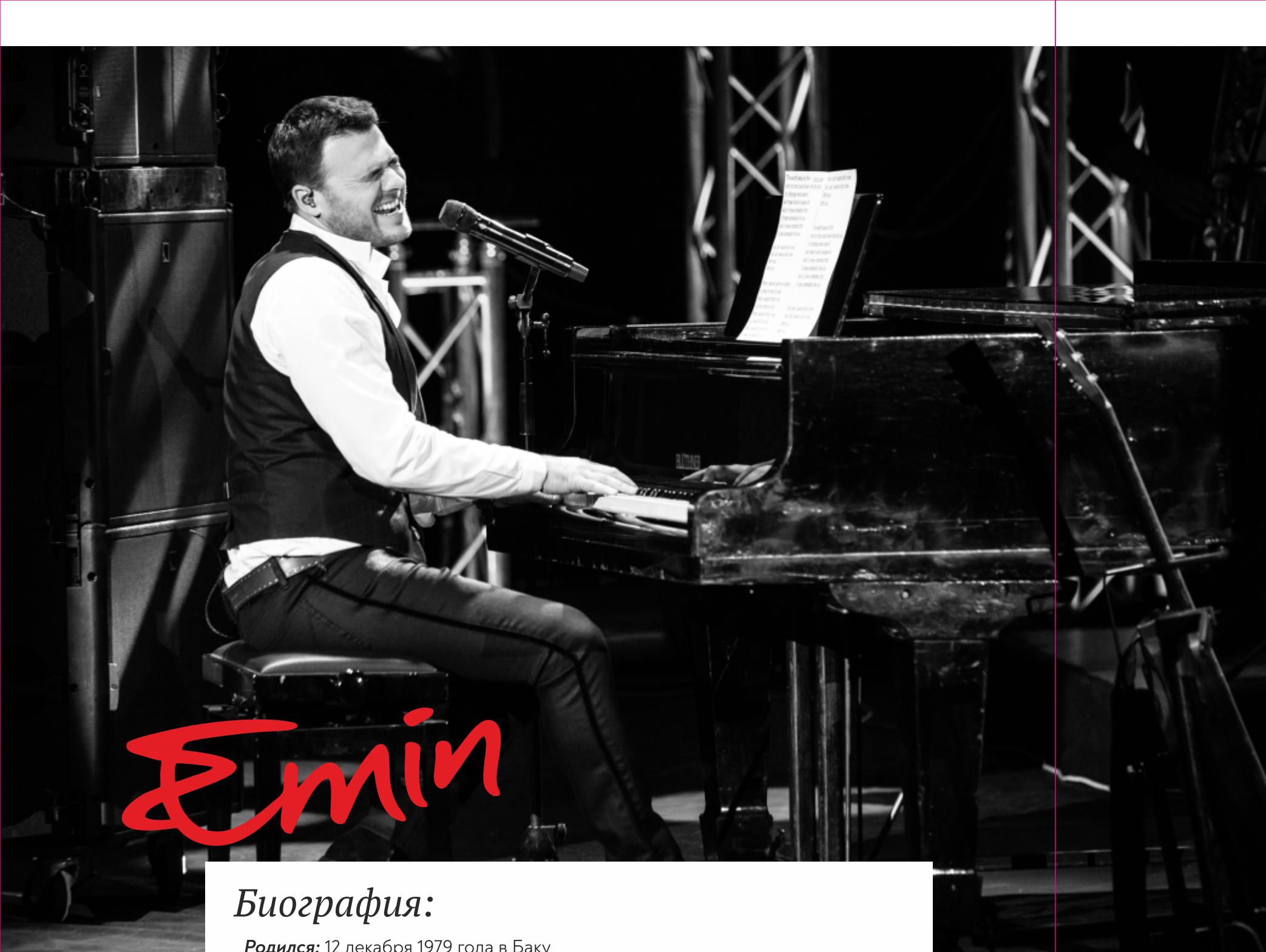


Model: Alexandra Mihailova



Model: Olga Bondarcuic





## Биография:

**Родился:** 12 декабря 1979 года в Баку

**Образование:** окончил Marymount Manhattan College (Нью-Йорк)

**Карьера:** первый вице-президент Crocus Group, организатор музыкального фестиваля «ЖАРА», музыкальной премии ЖАРА MUSIC AWARDS, владелец телеканала «ЖАРА», одноимённой радиостанции и лейбла ZHARA MUSIC.

**Достижения:** всего в дискографии артиста 14 альбомов. Подписал контракт с ведущим международным музыкальным лейблом Warner Music Group. Лауреат премий World Music Awards (2014), «Золотой граммофон» (2014), премий каналов МУЗ-ТВ (2015, 2016), RU.TV (2015), MUSICBOX (2015). Удостоен многих престижных наград, таких как «Звуковая дорожка МК», премия Нового радио «Высшая лига», премии журналов GQ «100 самых стильных» и HELLO «Самые стильные в России».

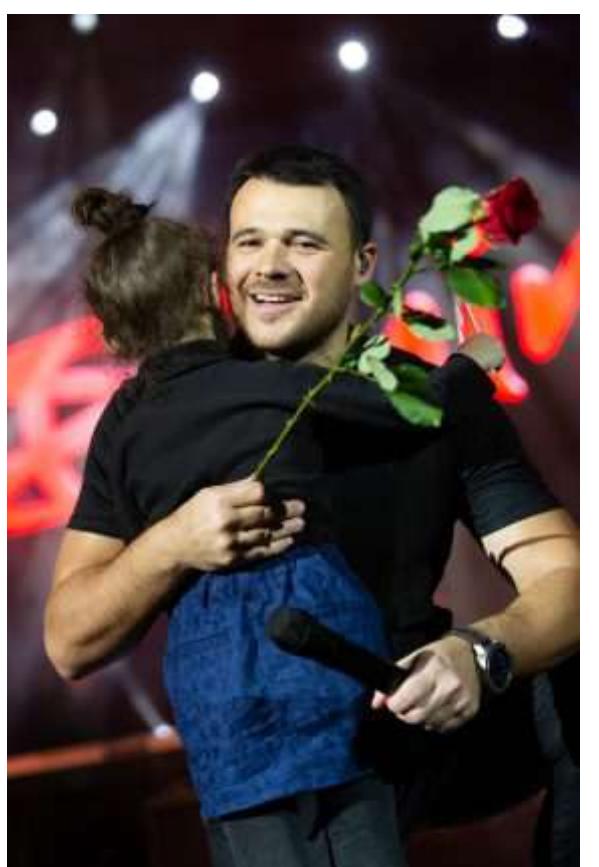
Международный женский день — праздник, с которого по традиции начинается весна. В этом году Aquaterra отметила праздник с особым размахом, раньше всех поздравив прекрасных дам. Впервые в Кишиневе с новой программой GOOD LOVE выступил исполнитель Emin, чарующий голос которого завоевал сердца поклонников по всему миру.

Ни для кого не секрет, что мероприятия сети фитнес-клубов Aquaterra Wellness & Spa всегда проходят на высшем уровне и оставляют незабываемое послевкусие.

В этом году нам удалось превзойти самих себя, открыв для своих гостей удивительный мир творчества и красоты. Перед концертом 5 марта в Национальном театре оперы и балета приглашённые смогли погрузиться в волшебную атмосферу в стиле Aquaterra, полюбоваться роскошным декором — десятки подснежников распустились в специальной фотозоне, и угоститься изысканным шампанским.

Сам концерт прошёл в необычном формате. Поклонников ждала масса сюрпризов, а искренний и обаятельный Emin исполнил стильные, актуальные и, конечно, лирические песни, настраивающие на романтический лад. В трек-лист программы вошли синглы, представленные музыкантом за последнее время, в том числе из нового русскоязычного альбома «Неба не боялись».

Конечно, программа не обошлась без хитов: Still, «Я лучше всех живу», «Рядом проснуться», «Начистоту», «Невероятная», «Сбежим в Баку», «Сердце пополам», конечно, Boomerang, Amor и многих других.



Emin — исполнитель поистине уникальный. Будучи вице-президентом Crocus Group, которая является одной из самых крупных девелоперских компаний в России, он решил не останавливаться на достигнутом и воплотить в жизнь мечту своего детства — стать музыкантом. Его синглы не раз возглавляли чарты популярных российских и международных радиостанций. А за последние месяцы Emin успел дать свыше 50 концертов, выпустить альбом, открыл несколько новых проектов и сыграл свадьбу.

Однако 8 Марта даже самые брутальные мужчины становятся сентиментальными и романтичными.

*Редакции журнала Aquaterra LifeStyle Эмин Агаларов, успешный предприниматель, музыкант и певец, всего за пару минут рассказал о карьере, дружбе и поделился планами на ближайшее время.*

**Вам удаётся совмещать бизнес и творчество. Это очень разные сферы. Какая вам ближе и есть ли секрет того, как везде оставаться успешным?**

Сама возможность встретиться с людьми, которые любят мою музыку, поделиться с ними моим творчеством — это огромная привилегия и счастье. Сложная составляющая, конечно, присутствует всегда. Разъезды по городам, концерты, которые приходится совмещать с основной работой... Что касается бизнеса, то он также доставляет огромное удовольствие. В нём, как и в музыке, я нахожу множество креативных моментов. Поэтому вы верно заметили, что все сферы моей деятельности разные, но при этом каждая — часть моей личности. А по поводу того, как оставаться успешным, мне кажется, что секрета никакого нет. Если у человека есть большое желание, если он готов добиваться результата, то шансы на успех очень велики.

**А почему вы вообще решили начать музыкальную карьеру?**  
Мне всегда хотелось заниматься музыкой: петь, играть, перепевать любимых исполнителей, сочинять песни. Нравилось узнавать о жизни музыкантов, о том, как они пришли к творчеству. Пожалуй, это было моим главным хобби лет до двадцати, и в какой-то момент я понял, что уже не смогу от него отказаться.

**Как вы считаете, дружба и шоу-бизнес — понятия совместимые?**

Абсолютно! У меня очень много коллег, которые являются моими друзьями. Я ценю эти отношения. Могу привести много ярких примеров. Моя дружба с Муслином Магометовичем Магомаевым и Тамарой Ильиничной Синявской, с Григорием Викторовичем Лепсом, с которым я веду ещё несколько бизнес-проектов — мы открываем вместе рестораны, организовываем фестиваль.

Я уверен, что дружба существует везде, если человек умеет дружить.

**Поговорим немного о ваших творческих планах. Что удалось реализовать, а что ждёт нас, поклонников, впереди?**

Только что вышла композиция «Отпусти», которую мы спели дуэтом с Любовью Успенской к её юбилею.

Кроме того, мы с командой выпустили большой дуэтный альбом и сольный англоязычный альбом. Сотрудничество, конечно, продолжается.



Вскоре будут несколько международных релизов. Но сейчас — время концертов, а также активной подготовки к фестивалю «ЖАРА», который пройдёт этим летом в Баку.

**Есть ли у вас любимый дуэт?**

Самым ярким для меня является дуэт на песню Boomerang, записанную с Найлор Роджерсон, которая вошла в основной плейлист крупнейшей радиостанции в Европе BBC Radio 2. Знаете, это ни с чем не сравнимое чувство, когда ты узнаешь, что твой трек попал в основной плейлист такого радиогиганта. Думаю, немалую роль в успехе сыграло сотрудничество с гениальным Найлор Роджерсоном. Из последних — мощная коллаборация с Робином Шульцем на песню Let me go. Песня попала в международные ротации и была очень хорошо принята, что очень приятно.

А из интересного, пожалуй, моя первая совместная композиция, написанная и записанная с Ирой Дубцовой. Я сочинил песню, но попросил Иру помочь мне с текстом, поскольку с русским языком у меня неважно. Плохо учился. (Улыбается) Она пришла, посмотрела текст, я ей сыграл. И тут Ира говорит: «Какой ужас, Эмин!» Я спрашиваю: «Почему?» А она: «Ты же мужчина, у тебя должен быть мужской текст. Я тебе всё напишу».

**Расскажите, пожалуйста, с каким настроением вы вышли на сцену Национального театра оперы и балета?**

Настроение было прекрасное, потому что именно в Кишинёве состоялся первый концерт нашего тура GOOD LOVE. Для меня это очень ответственное шоу, так как в ваш город я приехал впервые и постарался показать лучшее, к тому же мы выступали обновлённым составом — у нас новый барабанщик.

**В преддверии Международного женского дня принято самые теплые слова и романтические поступки посвящать женщинам. А какой самый романтический поступок вы совершили?**

Трудно вспомнить один, но я с уверенностью могу сказать, что все они связаны с музыкой. Ведь что может быть романтичнее, если мужчина готов спеть для любимой женщины?

**Пожалуйста, назовите три вещи, которые, на ваши взгляд, являются главными составляющими гармоничных отношений.**  
В первую очередь, это взаимоуважение. Еще — стремление к взаимопониманию, потому что очень важно иметь представление о том, почему твоя вторая половина поступает так, а не иначе. Если этого нет, вы вряд ли сойдетесь. И, конечно же, терпение.

**Эмин, что бы вы пожелали нашим членам клуба Акватера?**  
Я всегда говорю, что именно женщины помогают нам, мужчинам, поверить в себя, поверить в то, что нет таких вершин, которые нельзя покорить. Женщины вдохновляют нас на творчество, наполняют нашу жизнь смыслом и дарят нам самое ценное на планете — детей. Дорогие женщины, будьте счастливы и улыбайтесь своей прекрасной улыбкой, и не только сегодня, а каждый день. А мы, мужчины, сделаем все возможное, чтобы ощущение счастья не покидало вас никогда.





Ziua Internațională a Femeii – sărbătoarea tradițională cu care începe primăvara. În acest an, Aquaterra a sărbătorit această zi într-un mod deosebit, fiind primii care au felicitat extraordinarele femei cu această sărbătoare minunată. Pentru prima dată, în Chișinău, în cadrul turului GOOD LOVE a sosit faimosul cântăreț Emin, a cărui fermecătoare voce a câștigat inima fanilor din întreaga lume.



## Biografie:

**S-a născut:** 12 Decembrie 1979, în Baku

**Studii:** a absolvit Marymount Manhattan College (New York)

**Carieră:** prim-vicepreședinte al grupului Crocus, organizator al festivalului muzical "ZHARA", premiul muzical ZHARA MUSIC AWARDS, proprietar al postului de televiziune "ZHARA", post de radio de același nume și label-ul ZHARA MUSIC.

**Realizări:** un total de 14 albume în discografia artistului. A semnat un contract cu cea mai importantă companie internațională de muzică Warner Music Group. Laureat al World Music Awards (2014), Golden Gramophone (2014), Premiile postului TV MUZ-TV (2015, 2016), RU.TV (2015), MUSICBOX (2015). El a primit numeroase premii de prestigiu, cum ar fi Sound Track MK, Liga Majoră a premiilor Radio, Premiile GQ și HELLO în categoria cei mai stilati bărbați din Rusia.

Nu este un secret faptul că evenimentele organizate de rețeaua de cluburi de fitness Aquaterra Wellness & Spa se desfășoară întotdeauna la cel mai înalt nivel și lasă în urma lor amintiri de neuitat. Anul acesta am reușit să facem ceva nou prin crearea unei atmosfere uimitoare de creativitate și frumusețe. Până la concertul din 5 Martie, oaspeții au plonjat în atmosferă magică creată de Aquaterra, astfel oaspeții au admirat decorul somptuos de la Teatrul Național de Operă și Balet - zeci de gheioce au înflorit la panoul de poze, de asemenea, s-au bucurat de șampanie delicioasă.

Concertul în sine a avut loc într-un format neobișnuit. Fanii s-au delectat cu multe surpize, iar Emin, fiind sincer și fermecător a interpretat cântece romantice, actuale și, bineînțele, lirice, care au creat la rândul lor o stare de spirit paradiziacă. Lista de melodii a programului a inclus cele mai faimoase single-uri, inclusiv și cele din noul album rusesc "They were not afraid of Heaven".

Programul a inclus hiturile sale: «Я лучше всех живу», «Рядом проснутся», «Начистоту», «Невероятная», «Сбежим в Баку», «Сердце пополам», Boomerang, Amor și multe altele.



Artistul a primit numeroase premii prestigioase, cum ar fi: World Music Awards, Gramofonul de aur, MUZ-TV Award, MK Soundtrack, New Major Radio Award, GQ Award 100 Most Stylish și multe altele.

Cu toate acestea, pe 8 Martie, chiar și cei mai brutali bărbați devin sentimentali și romântici...



Emin - cu adevărat un artist performant.

În calitate de vicepreședinte al grupului Crocus, care este una dintre cele mai mari companii de dezvoltare imobiliară din Rusia, el a decis să nu se opreasă aici și să-și realizeze visul din copilarie de a deveni un mare muiscian.

Reamintim că EMIN este organizatorul festivalului de muzică "ZHARA", premiul muzical ZHARA MUSIC AWARDS, proprietarul postului TV "ZHARA", iar anul trecut a deschis postul de radio "ZHARA FM" și label-ul ZHARA MUSIC.

*Pentru redactorii revistei Aquaterra LifeStyle Emin Agalarov, un antreprenor de succes, muzician și cântăreț, ne-a povestit despre carieră, prietenie și planurile sale pentru viitorul apropiat în doar câteva minute.*



*Reușiti să combinați viața de afacere și viața de artist. Acestea sunt 2 domenii foarte diferite. Care este mai aproape de Dvs. și există oare vreun secret despre cum să obții succes pe ambele fronturi?*

Posibilitatea de a întâlni oameni cărora le plac muzica mea, de asemenea de a-mi împărtăși creativitatea cu ei este un mare privilegiu pentru mine. Desigur, este foarte complicat uneori: călătorii în orașe diferite, concerte, care trebuie combinate cu lucrul meu de bază...

În ceea ce privește afacerea, aceasta oferă, de asemenea, o mare plăcere. În ea, ca și în muzică, regăsesc o mulțime de momente creative. Prin urmare, ați observat că toate domeniile din activitatea mea sunt diferite, dar în același timp fiecare este o parte a personalității mele.

Și despre cum să obții succesul, mi se pare că nu există nici un secret. Dacă o persoană are scopuri bine definite, și dacă este gata să lupte și să obțină rezultate, atunci șansele de succes sunt foarte mari.

*De ce ați decis să începeți o carieră muzicală?*

Întotdeauna mi-am dorit să fac muzică: să joc, să cânt melodiile artiștilor mei preferați, să compun melodii. Mi-a plăcut să studiez despre viața muzicienilor, despre cum au ajuns la creativitate. Poate că a fost hobby-ul meu principal până la vîrstă de douăzeci de ani, și într-un anumit moment mi-am dat seama că nu vreau să renunț la acest hobby.

*Credeti că prietenia și show business-ul sunt concepte compatibile?*

Absolut! Am mulți colegi care sunt prietenii mei. Apreciez această relație. Pot să dau multe exemple concrete. Prietenia mea cu Muslim Magomayev, Tamara Sinyavskaya, și Grigori Leps, cu care conduc mai multe proiecte de afaceri - deschidem împreună restaurante, organizăm festivală. Sunt sigur că prietenia există în cazul în care o persoană știe să fie prietен cu adevărat.

*Să vorbim un pic despre planurile Dvs. de artist. Ce ați reusit să realizați și ce ne așteaptă, pe noi fanii, în viitorul apropiat?*

Compoziția "Отпусти" tocmai a fost lansată, pe care am cântat-o în duet cu Lyubovi Uspenskaya de aniversarea ei. În plus, împreună cu echipa am lansat un album cu dueturi și un album solo în limba engleză. Cooperarea, desigur, continuă. În curând vor exista mai multe proiecte internaționale. Dar acum este momentul concertelor, precum și pregătirea activă pentru festivalul "ZHARA", care va avea loc în această vară la Baku.

*Aveți un duet preferat?*

Cea mai frapantă colaborare pentru mine, este pentru piesa Boomerang, înregistrată cu Nile Rogers, care a intrat în playlistul principal al BBC Radio 2, cel mai mare post de radio din Europa. Cred că un rol semnificativ al acestui succes se datorează colaborării mele cu geniul Nile Rogers. O altă colaborare puternică pe care aş dori să o menționez, este cea cu Robin Schulz la melodia Let me go. Cântecul a intrat în rotații internaționale și a fost foarte bine primită, ceea ce este foarte plăcut pentru noi toți.

Iar cea mai interesantă, probabil, prima mea compoziție comună, scrisă și înregistrată cu Ira Dubtova. Am compus o melodie, dar i-am cerut Irinei să mă ajute cu textul, deoarece nu stau bine cu rusa. Am studiat rău. (Zâmbește) A venit, s-a uitat la text, a ascultat-o. și apoi spune: "Ce oroare, Emin!" Întreb: "De ce?" și ea: "Ești un bărbat, trebuie să ai un text masculin. Îți corectez imediat totul.

*Vă rugăm să ne spuneți cu ce stare de spirit/ dispoziție ați ieșit pe scenă Teatrului Național de Operă și Balet?*

Dispoziția a fost minunată, și totul se datorează faptului că la Chișinău a avut loc primul concert al turneului nostru GOOD LOVE. Pentru mine, acesta este un spectacol foarte important, pentru că am venit în orașul Dvs. pentru prima dată și m-am străduit să vă arăt cel mai bun show și, în plus, am avut și schimbări în bandul nostru - avem un nou toboșar.

*În ajunul Zilei Internaționale a Femeii, sunt dedicate cele mai calde cuvinte și fapte romantice pentru femei. Care este cel mai romantic lucru pe care l-ați făcut?*

Îmi este greu să-mi amintesc un exemplu concret, dar pot spune cu încredere că toate sunt legate de muzică. La urma urmei, ce ar putea fi mai romantic decât un bărbat care este gata să cânte pentru femeia pe care o iubește?



*Vă rugăm să menționați trei lucruri care, în opinia Dvs., sunt principale într-o relație armonioasă.*

În primul rând, este respectul reciproc. Alta ar fi dorința de înțelegere reciprocă, deoarece este foarte important să înțelegi și să realizezi de ce cealaltă jumătate se comportă într-un anumit fel. și, bineînțeles, răbdarea.

*Emin, ce le doriți membrilor clubului Aquatera?*

Întotdeauna am spus și voi spune că femeile ne ajută, pe noi bărbații, să fim mai încrezători în propriile forțe și desigur ne motivează să credem că nu există astfel de vârfuri care nu pot fi cucerite. Femeile ne inspiră să muncim mai mult, să ne umplem viețile cu mai multă semnificație și să ne dăruiu cel mai valoros lucru de pe planetă - copiii. Dragi femei, fiți fericiți și zâmbiți mai mult, nu numai astăzi, ci și în fiecare zi. și noi, bărbații, vom face tot posibilul pentru ca sentimentul fericirii să nu vă părăsească niciodată ...





# Emin

*International Women's Day - the traditional feast with which spring begins. This year, Aquaterra celebrated this day in a special way, being the first to congratulate the extraordinary women with this wonderful feast. For the first time in Chisinau, as a part the GOOD LOVE tour, arrived the famous singer Emin, whose charming voice won the heart of fans all over the world.*

## Biography:

**Born:** December 12, 1979, Baku

**Studies:** graduated from Marymount Manhattan College (New York)

**Career:** Crocus's first vice president, organizer of the ZHARA musical festival, ZHARA MUSIC AWARDS, owner of ZHARA TV station and radio station and ZHARA MUSIC label.

**Achievements:** a total of 14 albums in the artist's discography. He signed a contract with the most important international music company Warner Music Group. Laureate of the World Music Awards (2014), Golden Gramophone (2014), MUZ-TV Awards (2015, 2016), RU.TV (2015), MUSICBOX (2015). He has received many prestigious awards, such as Sound Track MK, Radio Prize, GQ Awards and HELLO in the category of the most stylish men from Russia.



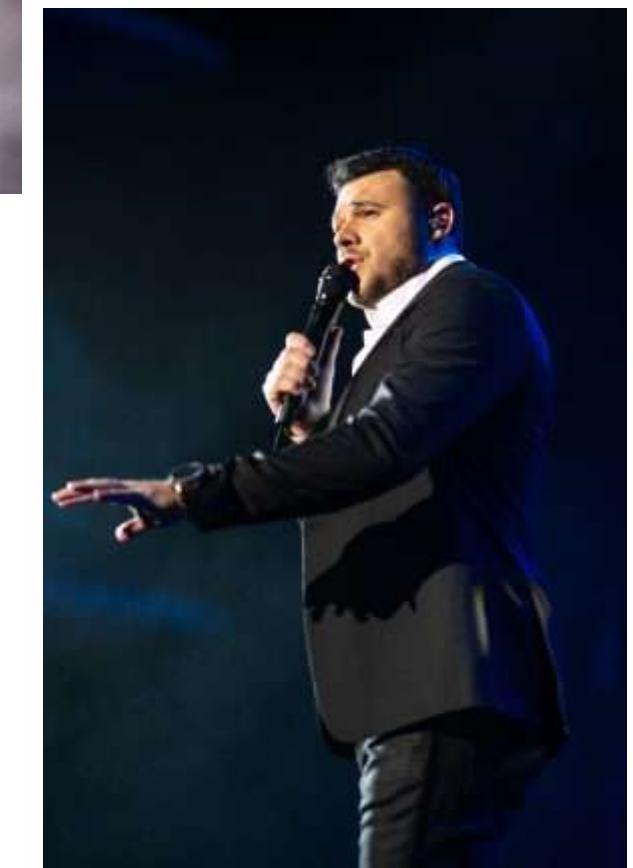
It isn't a secret that the events organized by the Aquaterra Wellness & Spa clubs are always at the highest level and leave behind unforgettable memories. This year we managed to do something new by creating an amazing atmosphere of creativity and beauty. Until the concert itself, guests plunged into the magical atmosphere created by Aquaterra, so guests admired the sumptuous setting of the National Opera and Ballet Theater - dozens of snowdrops bloomed at the pictures wall, they also enjoyed delicious champagne.

The concert itself took place in an unusual format. The fans enjoyed many surprises, Emin was sincere and charming during the entire concert, he played romantic and, of course, lyrical songs, which in turn created an incredible atmosphere. The song list of the program included the most famous singles, including those from the new Russian album "They were not afraid of Heaven"; «Я лучше всех живу»; «Рядом проснуться»; «Начистоту»; «Невероятная»; «Сбежим в Баку»; «Сердце пополам», Boomerang, Amor.



Emin – a truly performing artist. As vice president of the Crocus group, one of Russia's largest real estate developers, he decided not to stop here and to realize his childhood dream of becoming a great musician. We recall that EMIN is the organizer of ZHARA Music Festival, the ZHARA MUSIC AWARDS musical award, TV owner "ZHARA" and last year opened the ZHARA FM radio station and the ZHARA MUSIC label.

*However, on March 8, even the most brutal men become sentimental and romantic...*



*For Aquaterra LifeStyle editors, Emin Agalarov, a successful entrepreneur, musician and singer, told us about his career, friendship and future plans, in just a few minutes.*

**You manage to combine business life and artist life. These are 2 very different areas. Which is closer to you and is there any secret about how to get success on both fronts?**

The ability to meet people who like my music, also to share my creativity with them is a great privilege for me. Of course, it is sometimes complicated: traveling to different cities, concerts, which must be combined with my basic work ... Regarding the business, it also offers a great pleasure. In it, as in music, I find a lot of creative moments. So you have noticed that all the fields in my activity are different, but at the same time each is a part of my personality.

And how to achieve success, it seems to me that there is no secret. If a person has well-defined goals, and if he is ready to fight and achieve results, then the chances of success are very high.

**Why did you decide to start a musical career?**

I've always wanted to do music: playing, singing songs my favorite artists, to compose songs. I enjoyed studying the life of different musicians, how they came to creativity. Perhaps it was my main hobby until the age of twenty, and at some point I realized I did not want to give up this hobby.

**Do you think friendship and show business are compatible concepts?**

Absolutely! I have many colleagues who are my friends. I appreciate this relationships. I can give many concrete examples. My friendship with Muslim Magomayev, Tamara Sinyavskaya, and Grigori Leps, with whom we run several business projects - we open restaurants together, we organize festivals. I am sure that friendship exists when a person knows how to be a real friend.

**Let's talk a little bit about your creative plans. What have you been able to accomplish and what future plans do you have?**

The composition "Let me go" has just been released, which I sang in duet with Lyubovi Uspenskaya on her anniversary. In addition, together with the team, we released a duet album and a solo album in English.



Cooperation, of course, continues. Soon there will be more international projects. But now is the moment of the concerts, as well as the active preparation for the "ZHARA" festival, which will take place this summer in Baku.

**Do you have a favorite duet?**

The most striking collaboration for me is for Boomerang song, recorded with Nile Rogers, who entered into the main playlist of BBC Radio 2, Europe's largest radio station. I think a significant role of this success is due to my collaboration with the genius Nile Rogers. Another strong collaboration that I would like to mention is the one with Robin Schulz on Let me go. The song has entered in the international rotation and has been very well received, which is very exciting for all of us. And perhaps my most interesting collaboration, is my first common composition, written and recorded with Ira Dubtova. I composed a song, but I asked Irina to help me



with the text because I'm not good at Russian. I studied badly. (He smiles) She came, looked at the text, and listened to it. And then she said, "What a horror, Emin!" I asked, "Why?" And she said: "You are a man, you must have a masculine text. I will immediately correct it."

**Please, tell us with what mood did you perform on the stage of the National Opera and Ballet Theater?**

The mood was wonderful, and it's all because the Chisinau hosted the first concert of our tour GOOD LOVE. For me, this is a very important show because I came to your city for the first time and I tried to show you the best show ever, moreover, we had changes in our band - we have a new drummer.

**On the eve of the International Women's Day, are dedicated the warmest words and surprises. What is the most romantic thing you've ever done?**

It's hard for me to remember a concrete example, but I can say with confidence that they are all related to music. After all, what could be more romantic than a man who is ready to sing for the woman he loves?

Please mention three things that, in your opinion, are the main ones in a harmonious relationship.

First, it is the mutual respect. Second, is the desire for mutual understanding, because it is very important to understand and realize why the other half behaves in a certain way? And, of course, the patience.

**Emin, what do you wish for the members of the Aquaterra club?**

I have always said and I will say that women help us, to be more confident in our own forces and of course motivates us to believe that there are no such peaks that cannot be conquered. Women inspire us to work harder, as well, to fill our lives with more meaningful things and to give us the most valuable thing on the planet - the children. Dear women, be happy and smile more, not only today, but every day. And we, men, will do everything possible so that the feeling of happiness will never leave you...

# DRINKING MUST DO STREAMENTS



## Корина Висан

“ Современная женщина - активна, всегда в движении, ее ежедневник полон событиями и встречами, и она всегда чувствует, что ей не хватает хоть чуток времени для себя. Самые привилегированные и красивые женщины - это те, кому все еще удается найти время для себя. Aquaterra Wellness & SPA помогает мне в достижении моих целей, создавая специальные пакеты процедур, которые включают в себя несколько этапов и за короткое время обеспечивают идеально увлажненную и упругую кожу. Body Concept - это процедура, которая является моим верным союзником и помогает мне сохранить полученный результат благодаря правильному питанию и спорту. Более того, будучи любительницей загорелой кожи, я смело могу сказать, что после этой процедуры, загар ложится лучше, и цвет кожи становится просто «вау». Способ, которым я пользуюсь для защиты и поддержания своей красоты перед лицом безжалостного времени, это регулярное посещение клуба Aquaterra Wellness & SPA. Я надеюсь, что я стану образцом для подражания для любой женщины и смогу вдохновить их любить себя больше и быть более уверенными в себе. ”

Процедура по телу  
от BIOLINE

# Body Concept

Процедура по телу от BIOLINE - Body Concept. Вы думали метод DETOX применим только в питании? А вот и нет! Существует огромное количество программ по уходу за телом, которые запускают процессы микроциркуляции и дренажа тканей, что в свою очередь ускоряет выведение лишней жидкости, шлаков и токсинов из организма.

Итальянская компания BIOLINE основанная в 1979 году на базе школы косметологов в городе Тренто, представляет Вам новые DETOX формулы в борьбе с целлюлитом и отечностью.

Обновленная линия для тела включает в себя формулы последних инновационных разработок, в основе которых стоит достижение высокой результативности в коррекции контуров тела.

Специалисты Aquaterra Wellness & SPA составляют специальные программы, направленные на решение проблем, при этом как результат имея постепенное устранение эффекта "апельсиновой корки", уменьшение проявления целлюлита, снятие отечности, укрепление и глубокое увлажнение кожи, придавая тем самым ей эластичность и тонус.

В составе нашей ДЕТОКС программы зеленые, бурые и красные морские водоросли, морские соли, горький апельсин. Процедура подходит абсолютно для всех типов кожи.

Body Concept это 2, 5 часа активной работы препаратов в сочетании с оточенной техникой массажа, что дает видимый результат уже с первой процедуры.

КРАСОТА ДОСТИЖИМА!



ПАКЕТ  
ВКЛЮЧАЕТ  
В СЕБЯ:

### СКРАБ ДЛЯ ТЕЛА

с солью мертвого моря,  
который ускоряет метаболизм  
и обладает мощным  
дренажным эффектом.

### НАНЕСЕНИЕ КОНЦЕНТРАТА -

сыворотки  
направленного действия

### ОБЕРЫВАНИЕ

в зависимости от требования –  
дренажное или моделирующее  
или укрепляющее

### МАССАЖ

(50 мин)

на антицеллюлитном масле

Рекомендуемый курс  
от 5 до 10 процедур  
в зависимости от  
желаемого результата.



AQUA  
TERRA  
WELLNESS & SPA

AQUATERRA WELLNESS & SPA:  
Monday - Friday: 8:00 - 21:45

Saturday - Sunday: 8:00 - 20:45

Tel: +373 60 038 866

Bd. Decebal 6/4, Chisinau

## Procedură corporală BIOLINE

# Body Concept

Credeti că metoda DETOX este aplicabilă numai în nutriție? Cu siguranță nu este așa! Sunt diverse programe de îngrijire a corpului care declanșează procesele de microcirculară și drenajul țesuturilor, ceea ce la rândul lor accelerează eliminarea excesului de lichide și toxine din organism.

Compania italiană BIOLINE, înființată în 1979, în baza școlii de cosmetologi din orașul Trento, vă prezintă noile formule DETOX în luptă împotriva celulitei și a edemizării.

Linia corporală actualizată include în formulele sale cele mai recente evoluții inovatoare ale conceptului, care constă în obținerea unor performanțe ridicate în corectarea contururilor corpului.

Specialiștii Aquaterra Wellness & SPA alcătuiesc programe speciale din ingrediente individuale cu scopul de a rezolva problemele clientilor noștri, astfel treptat sunt eliminate efectul de coajă de portocală, celulita, îndepărtează edemele, hidratează profund pielea, conferindu-i astfel elasticitate și tonifiere.

Programul nostru DETOX include alge verzi, maro și roșu, săruri de mare și portocale amare. Potrivit pentru toate tipurile de piele, în special pentru cei cu grăsimi corporală, celulită și retенție de lichide în organism.

Body Concept presupune 2,5 ore de activitate a produselor combinate cu o tehnică de masaj special, astfel oferind rezultatul dorit chiar de la prima ședință.

**Frumușetea este realizabilă!**



Corina Visan

“ Femeea de astazi este activa, mereu in miscare, are agenda plina de evenimente si intilniri si mereu simte ca nu-i ajunge un pic din aceasta zi. Sunt de parere ca cele mai privilegiate si frumoase femei sunt acele care totusi reușesc să supună timpul și să și-l facă prieten. Aquaterra Wellness & SPA are grija sa ma ajute in realizarea scopurilor mele prin crearea unor proceduri speciale care includ in sine mai multe etape intr-un timp confortabil mie si au ca efect tonifierea si hidratearea pielii mele. Body Concept – este procedura care imi este un aliat fidel si ma ajuta sa mentin rezultatul obtinut datorita sportului si nutritiei corecte. Ba mai mult decat atat, fiind o amatoare a pielei bronzate, afirm, ca bronzul se prinde mai bine si culoarea acestuia este mai “wow” dupa aceasta procedura. Felul in care imi apar frumusetea in fața timpului nemilos, cu ajutorul specialistilor Aquaterra Wellness & SPA, sper sa fie un model pentru orice femeie si să le inspir să fie mai încrezătoare și mai atente cu ele însele. ” ”

## PACHETUL este compus din:

### SCRUB CORPORAL

cu sare din marea moartă, accelerereză metabolismul și are un efect puternic de drenaj.

### APLICAREA SERUMULUI CONCENTRAT

### ÎMPACHETARE

în funcție de scopul propus – drenaj, modelare sau tonifiere

### MASAJ (50 min.)

cu ulei anticelulitic

Cursul recomandat este de la 5 la 10 tratamente, în funcție de rezultatul dorit.

## Treatment BodyConcept from BIOLINE

If you think that the detox program can be used only in nutrition than you are totally wrong.

A wide range of treatments aimed to different body blemishes offers targeted, efficient and safe beauty solutions. It prepares the body to the several phases with a highly renovating and exfoliating action.

Italian company BIOLINE was founded in 1979 and was based on school of beauticians in Trento. The company presents a brand new detox program that fights and solves problems with cellulite and puffiness. The synergy of active substances and massage drains the excess fluids and gives the body a sensation of immediate lightness.

The procedure reinforces the skin and donates a firmer look to the areas of the body mostly prone to sagging, enwrapping it with luminosity and softness.

Aquaterra Wellness & SPA specialists make the programs that are targeted on the solution of every client's problem individually, eliminate the “orange peel effect”, reduce the appearance of cellulite, puffiness while moisturize and nourish the skin.

The detox program includes different types of algaes: brown, green, red; sea salts and a bitter orange. The procedure fits absolutely to all skin types. The duration of the Body Concept treatment is two and a half hours and gives the immediate visible effect.

## Corina Visan

“ Today's woman is active, always on the move, has an agenda full with events and meetings, and always feels that she doesn't get a little time for herself out of this day. I'm afraid the most privileged and beautiful women are those who still manage to take time and make it a friend. Aquaterra Wellness & SPA is keen to help me achieve my goals by creating special procedures that incorporate several steps in a comfortable time for me and have the effect of toning and moisturizing my skin. Body Concept - is the procedure that is my faithful ally and helps me keep the result obtained due to the right fitness regimen and nutrition. And more than that, being an amateur of tanned skin, I affirm, that the tan is looking better and its color is more “wow” after this procedure. The way in which I defend my beauty in the face of ruthless time, with the help of the Aquaterra Wellness & SPA specialists, I hope to be a model for any woman and inspire them to be more confident and more careful with themselves. ” ”

**Beauty is achievable!**

**The package includes:**

### EXFOLIATOR

with the the dead sea salt that speeds the metabolism process while having a powerful drainage effect

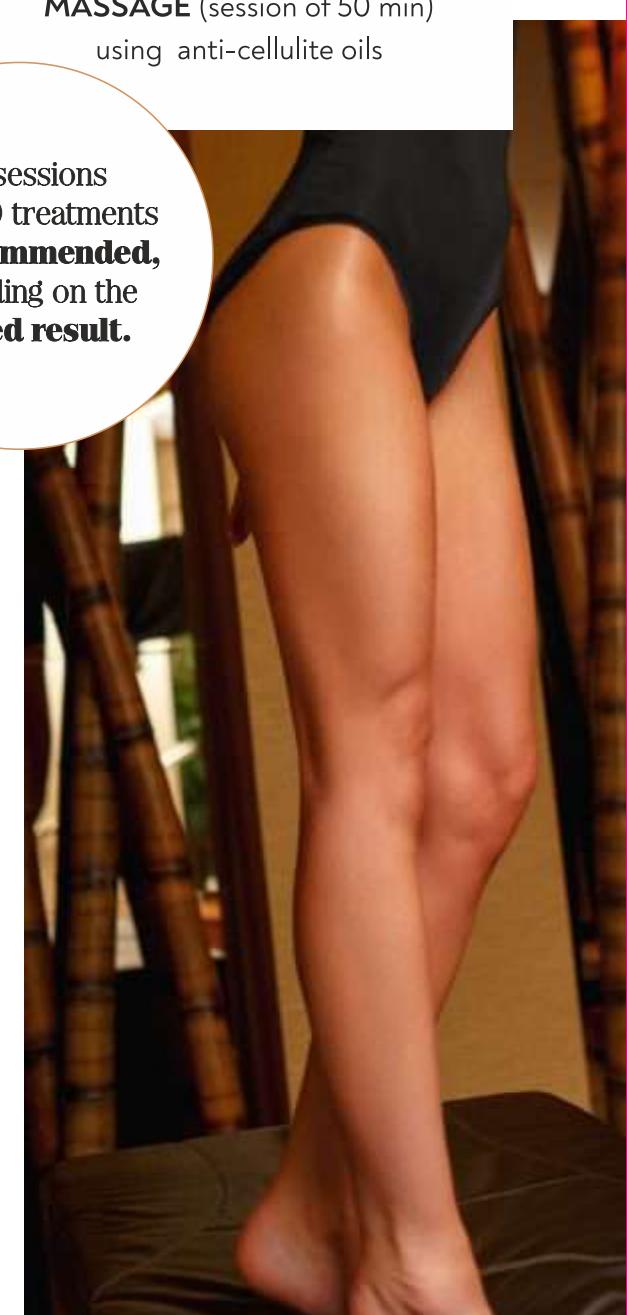
### Application of CONCENTRATE-SERUM

of direct action

**BODY WRAP** - draining, modeling or invigorative

**MASSAGE** (session of 50 min) using anti-cellulite oils

The sessions of 5 to 10 treatments are **recommended**, depending on the **desired result**.





# Гидро массаж

В настоящее время гидромассажные процедуры являются очень популярными и эффективными, применяются не только как средства закаливания, но и как средства восстановления организма после физического и умственного утомления, стресса, нарушения психического равновесия и в борьбе с целлюлитом.

Во время процедуры гидромассажа специалист, с помощью специальных водяных шлангов, проводит сеанс гидромассажа и выполняет активную стимуляцию каждой клеточки вашего организма. Из специальных форсунок создаются водно-воздушные потоки, которые регулируются в зависимости от назначения.

Направление и силу потока определяет специалист. С помощью этого эффективного метода можно улучшить состояние кожи, снизить избыточный вес, избавиться от целлюлита и растяжек, борясь с отечностью, улучшить кровообращение. Гидромассаж нормализует давление, способствует снятию нервного напряжения и улучшает общее состояние организма.

Aquaterra Wellness & SPA выбрала для проведения гидро процедур, профессиональную ванну Aquadelicia 8. Это ванна для подводного массажа с ручной массажной форсункой, 3-зоновым массажем гидромассажными форсунками, 4-зоновым аромамассажем воздушными форсунками управляет электрически с помощью электронных кнопок. Ванна идеально подходит для создания атмосферы полного комфорта. Анатомическое ложе в форме шезлонга, мягкий плавающий подголовник, регулируемая форма для ног – клиент любого роста чувствует себя в ней очень удобно.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ КУРС  
ОТ 10 ПРОЦЕДУР.

Наше тело по большей части состоит из воды. И состояние организма напрямую зависит от водного баланса. Древние греки первыми стали применять ванны как профессиональные водные процедуры. Они верили, что вода обладает поистине целебными свойствами. Считается, что вода смывает старые грехи и очищает душу и тело.



Pelin Natalia

“Дамы всегда обращают особое внимание своей фигуре, причина по которой они всегда ищут наиболее эффективные процедуры по уходу за телом. Я выбираю процедуру гидромассажа, потому что она отвечает всем моим требованиям. Гидромассаж тонизирует мышцы и формирует силуэт, дает эффект легкого пилинга, кожа становится гладкой и бархатистой, оказывает интенсивный лимфодренажный эффект, а также может быть очень расслабляющим, когда я чувствую в этом потребность.”

В Aquaterra Wellness & SPA специалисты обращают особое внимание на технику выполнения этой процедуры, у них ласковое отношение, которое каждый раз убеждает меня, что это идеальная процедура для меня.”

Гидромассаж это основа здоровой спокойной жизни!

# Hidromasajul

În prezent, procedurile de hidromasaj sunt foarte populare și eficiente, ele fiind folosite nu numai ca o modalitate de călărire, ci și ca mijloc de restabilire a corpului după oboseală fizică, mentală, stres, și în lupta împotriva celulitei.

În timpul procedurii, specialistul de hidromasaj, folosind furtunuri speciale de apă, efectuează o sesiune de hidromasaj și efectuează o stimulare activă a fiecarei celule din corpul dumneavoastră. Debiturile de apă-aer sunt create din duze speciale, care sunt reglate în funcție de scopul propus. Direcția și puterea fluxului sunt determinate de specialist. Datorită acestei metode eficiente, vă puteți îmbunătăți starea pielii, puteți reduce excesul de greutate, puteți scăpa de celulită și vergeturi și desigur veți îmbunătăți circulația săngelui.

**Hidromasajul normalizează presiunea, ajută la ameliorarea tensiunii nervoase și îmbunătășește starea generală a organismului.**

Aquatera Wellness & SPA, a ales pentru efectuarea hidro procedurilor, o baie profesională - Aquadelicia 8. Este o cadă ergonomică pentru întreg corpul cu hidromasaj, masaj subacvă și masaj cu bule de aer controlat cu butoane electrice.

Cada este ideală pentru a crea o atmosferă de confort maximal. Locul în care stă culcat clientul, este sub formă de sezlong, cu o tetieră moale plutitoare, formă reglabilă pentru picioare - clienții de orice înălțime se vor simte foarte confortabil.

**SE RECOMANDĂ UN CURS DE 10 PROCEDURI.**

**Hidromasajul** este baza unei vieți sănătoase și liniștite!

*Corpul nostru este constituit în mare parte din apă. Iar starea organismului nostru depinde de echilibrul apei. Grecii antici au fost primii care au folosit baia ca o procedură benefică organismului. Ei considerau că apa are proprietăți cu adevărat vindecătoare. Astfel credeau că apa spăla păcatele vechi și purifică sufletul și trupul.*



**Pelin Natalia**

“Doamnele, din toate timpurile, acorda o atenție deosebită siluetei sale motiv din care mereu sunt în căutarea celor mai eficiente proceduri corporale. Eu, aleg procedura de Hidromasaj deoarece aceasta corespunde tuturor cerințelor mele, îmi tonifiază mușchii și sculpturăza silueta, face și un piling usor al pielii! Aceasta devenind fină și catifelată, are un efect de limfodrenaj intens, poate și foarte relaxant atunci cind simt nevoie.”

In Aquatera SPA, specialistii acordă o atenție deosebită tehnicii de efectuare a acestei proceduri, au o atitudine plină de afecțiune ceea ce ma convinge de fiecare dată ca aceasta e procedura perfectă pentru mine.”

# Hydro massage

*This is a well-known fact that our body consists 60% of water. Ancient Greeks were first who were taking baths as a professional body treatment. They believed that the water has healing properties and washes away all the sins, bringing peace to your body and soul.*

Hydro massage is a very popular procedure now a days. It is a water-based spa treatment which uses high pressure jets of water to massage your skin and stimulate your circulation. This is a powerful treatment rather than an experience.

It is rigorous underwater massage, where very powerful jets stimulate your circulation and get blood and lymph moving around your body, and to the surface of your skin.

The heat of the water opens and cleanses your pores, so you'll find your skin looks and feels cleansed, refreshed and invigorated.

It fights perfectly with the stretch marks, puffiness and cellulite.

A hydro massage soothes, relaxes and relieves pain in your joints and muscles.

Research shows that we sleep more deeply as our body temperature falls, so a hot-water hydro massage before you go to bed can really improve your night's sleep.

Aquatera Wellness & SPA chooses the professional bath model Aquadelicia 8- with electronically built-in keyboard that controls bath tub and intended for procedures of under water massage , using hand massage jet on massage hose, 3 zone massage with hydro massage jets and 4 zone massage with air nozzles. It has inflatable neck rest pillow and the spot for your leg which you can regulate, so it fits to the person with any height.

**RECOMMENDED COURSE IS 10 PROCEDURES AND UP.**



**Pelin Natalia**

“Ladies, at all times, pay special attention to their figures, reason why they are always looking for the most effective body procedures.

I choose the Hydromassage procedure because it meets all my requirements.

Hydromassage tonifies my muscles and sculpts the silhouette, has a light pilling effect which makes my skin smooth and velvety, has an intense lymphatic drainage effect and it can be very relaxing when I feel the need.

In Aquatera Wellness&SPA, specialists pay special attention to the technique of performing this procedure; they have an affectionate attitude that persuades me every time that this is the perfect procedure for me.”

**Hydro massage**  
is a basis of healthy and peaceful life!



## Ольга Ифтодий

“Будучи публичным человеком, я очень требовательна к себе, когда дело касается моего повседневного образа!

Важна каждая деталь, цвет блузы, помады, маникюра абсолютно все, но самое главное для меня - это золотисто-шоколадный цвет кожи!

Секрет моей увлажненной и идеально загорелой кожи - прост, это пакет процедур "Идеальный загар", который сочетает в себе самые основные и приятные процедуры для подготовки кожи к загару.

Легкий и очень нежный скраб отшелушивает верхний слой кожи, далее следующие шаги, интенсивно увлажняющий массаж и обертывание идеально готовят вашу кожу перед пребыванием на солнце!

Я призываю вас любить каждый сантиметр своего тела и бережно защищать его.”



AQUATERRA WELLNESS & SPA:

Monday - Friday: 8:00 - 21:45

Saturday - Sunday: 8:00 - 20:45

Tel: +373 60 038 866

Bd. Decebal 6/4, Chisinau

# Идеальный загар

Без солнца наша жизнь немыслима, так же как и немыслима без тела цвета шоколада летом. Вот только как приобрести желанный загар и при этом сохранить красоту и здоровье кожи?

Говорят, законодательницей моды на загар стала великая Коко Шанель. Вернувшись из круиза по Средиземному морю, она отправилась демонстрировать парижанам свой роскошный бронзовый оттенок.

И тогда, следуя примеру мадемуазель Шанель, европейские модницы расстались с широкополыми шляпами, веерами и вуалями и стали подставлять свои некогда аристократично-бледные лица солнцу. С тех пор не утихают споры вокруг загара. Одни говорят, что ультрафиолетовые лучи полезны: они помогают выработке в организме витамина D и подсушивают жирную кожу. Другие же предупреждают об опасностях, которые подстерегают нас в результате длительного пребывания на солнце – фотостарении, проблемах с пигментацией. Но тем не менее каждое лето мы встречаем на улицах счастливых обладательниц бронзового оттенка кожи, вызывающих завистливые взгляды тех, кто еще не успел побывать в отпуске и их не становится меньше.

Так можно ли приобрести красивый загар, не навредив своему здоровью?

Можно если начать подготовку кожи к солнцу и загару заранее, минимум за две недели, а лучше за месяц до предполагаемой даты поездки в теплые края. Не стоит забывать, что загар лучше всего ложится на хорошо очищенную и увлажненную кожу.

Именно поэтому, мы разработали идеальный пакет для Идеального загара!

P.S. После солнечного и соленого отпуска, ждем Вас в Aquaterra Wellness & SPA.

Мы подготовили специальный пакет процедур который побалует вашу кожу питательными и увлажняющими препаратами, придаст блеск и вернет влагу вашей коже!

## Пакет ИДЕАЛЬНЫЙ ЗАГАР

СОСТОИТ ИЗ:

### ПИЛИНГ КЕСЕ + ПЕННЫЙ МАССАЖ В ХАММАМЕ

Изысканный пилинг Кесе очищает кожу и устраниет ороговевшие клетки кожи, делая ее упругой, мягкой и гладкой, запуская процесс омоложения.

### ПЕНЯЩЕЕСЯ ШОКОЛАДНОЕ ОБЕРТЫВАНИЕ + МАССАЖ НА ШОКОЛАДНОМ МАСЛЕ

Обертывание и массаж на основе порошка какао и шоколадного масла прекрасно увлажняет и тонизирует кожу, придаст ей упругость и поможет поднять общий тонус, нормализовать регенерацию клеток кожи, смягчит и напитает кожу, предупреждая ее старение во время загара.

# Bronzul Perfect

O piele bronzată este considerată în prezent, aproape unanim, frumoasă și strălucitoare.  
Dar cum au evoluat lucrurile în materie de bronz?

Se spune că startul l-a dat Coco Chanel când s-a întors dintr-o excursie, răsfățată de razele soarelui puțin mai mult decât o făcea lumea la vremea respectivă. Fotografile cu Coco Chanel bronzată, pe când se afla într-o croazieră pe Mediterană au stabilit un nou precedent de frumusețe. Tenul ei bronzat a pornit un trend, astfel o întreagă industrie s-a dezvoltat pe această temă.

În prezent, pe timp de vară, un bronz perfect este idealul tuturor. Pielea ciocolație scoate în evidență trasăturile feței. Femei și bărbați, deopotrivă, se străduie să aibă un bronz minunat. Expunerea la ultraviolete ne crește serotonina, hormonul fericirii. Soarele este și sărbătoarea vieții. Atenție însă la excese! Expunerea îndelungată în condiții neprotejate poate conduce la apariția sensibilității la soare și alergii. Este adevărat că soarele vă conferă bronzul, pe care îl aștepțați încă din sezonul rece. Dacă vreți să fiți invidiați pentru tenta superbă pe care a căpătat-o pielea Dvs., aveți grijă să vă expuneți progresiv. Doar nu vreți să îl luați pe tot într-o singură zi?! În plus, expunerea progresivă îi permite pielii să își dezvolte mecanismele de apărare și astfel vă veți feri de arsurile solare și veți căpăta un bronz de lungă durată.

După cum puteți vedea, pregătirea pentru bronz este un subiect foarte serios și foarte important. Combinând cu îndemânare procedurile, puteți obține un bronz uniform, evitând astfel efectele adverse. Recomandăm să începeți procesul de pregătire a pielii pentru soare și bronz din timp, cel puțin două săptămâni înainte de vacanță, iar cel mai bine, cu o lună înainte de data estimată a călătoriei Dvs. De asemenea, dorim să menționăm că mai întâi de toate, pielea trebuie bine curățată și hidratată.

După o vacanță însorită și sărată, vă așteptăm la Aquaterra Wellness & SPA. Am pregătit un pachet special, ce include proceduri care vă vor răsfăța pielea cu substanțe nutritive, îi vor oferi strălucire și vor restabili hidratarea pielii!

## Iftodii Olga

„Find o persoană publică, sunt foarte exigentă cu mine însumi când vine vorba despre imaginea mea zilnică! Important este orice detaliu, culoarea bluzei, a rujului, a manichiurei absolut totul, însă cel mai important must have pentru mine este pielea aurii bronzată! Secretul pielii mele hidratate și perfect bronzate este - pachetul de proceduri "Bronzul perfect" care combină cele mai principale și plăcute proceduri pentru pregătirea pielii de bronz. Scrubul ușor și foarte delicat exfoliază pielea, astfel o pregătește pentru pasurile ulterioare, cele de hidratare intensă prin masaj și împachetare înainte de expunerea la soare! Vă îndemn să vă iubiți fiecare centimetru al corpului dumneavoastră și să îl protejați cu mare grijă.”

# Perfect Tan

Can someone image the life with no sun? Of course not. Ideal sun-kissed- body that what every single woman wants. The question is how to get the perfect tan and keep the skin healthy and beautiful.

Have you ever stopped to ask why we're so addicted to tanning?

Our nearly 100 year obsession with tanning began when Coco Chanel, the biggest trendsetter of the era, who was photographed in Cannes after catching too much sun on a Mediterranean cruise. Women were eager to replicate her gorgeous look.

Since then the debates over the tanning topic just gets very popular all over the world. Some people say that UV is not harmful for your health but besides it helps to produce vitamin D and helps oily skin to look better say. Also there are some researches that emerged around the fears about the risk of tanning, finding that people who used tanning devices a lot have problems with the pigmentation and premature aging.

But still, when the summer comes you see these tanned beautiful bodies all around. So let's think. Can you get a perfect tan and keep your skin healthy? Our answer is yes!

All you have to do is to prepare your body for the sun in advance. Do not forget that you will need to get some exfoliating and nourishing treatments first, in order to get that chocolate shade.

## That's why we invented the following PACKAGES FOR YOU:

### KESE PEELING + FOAM MASSAGE IN HAMMAM

Peeling Kese is performed in Turkish bath, it removes dead skin cells and allows new skin to come up.

Breathing becomes easier for the body as it opens the arteries and allows the blood circulation to increase.



## Iftodii Olga

“Being a public person, I am very exigent with myself when it comes to my daily image!

Every detail is important, the color of blouse, lipstick, manicure absolutely everything, but the most important must have for me is the golden tanned skin!

The secret of my moisturized and perfectly tanned skin is the "Perfect Bronze" package, that combines the most pleasant procedures for your skin. It perfectly prepares for the tanning process.

The light and very delicate scrub exfoliates the skin, so it prepares for the next steps: intense moisturizing massage and body wrapping before sun exposure!

I strongly recommend you to love every inch of your body and protect it with great care.”

### CHOCOLATE MOUSSE BODY WRAP + MASSAGE WITH CHOCOLATE OILS

The ultimate treat for both the mind and body.

Imagine yourself totally immersed in a chocolate indulgence that actually produces a slimming effect on the body. A body wrap utilizing cocoa for a nourishing, slimming and relaxing treatment preventing the premature aging during the suntan.

P.S. We always wait for you here, in Aquaterra Wellness & SPA after your sunny and salty vacation.

# SPRING MUST DO TREATMENTS



LASER & ESTHETIC CENTRE:  
Monday - Saturday: 8:30 - 20:00  
Sunday: 9:00 - 18:00  
Tel: +373 69 757 775  
Bd. Decebal 6/4, Chisinau



## Nadin Ojog

Как тренер по фитнесу с многолетним опытом, я стала инфлюенсером и трендсеттером для женщин и девушек что следят за мной в тренажерном зале и в социальных сетях, поэтому я очень внимательно отношусь к своему образу жизни и процедурам, которые я выбираю. Благодаря своей профессии, я знаю важность правильной и эффективной комбинации упражнений и процедур для фигуры мечты, поэтому я выбираю процедуру LPG для тела. Массаж LPG является лидером по клеточной стимуляции и наиболее эффективный способ потери веса, тонизации и коррекции фигуры, а в моем случае, поддерживание результатов. Я настоятельно рекомендую эту процедуру женщинам и дамам, которые хотят красивое, спортивное тело с женственными формами.

# LPG массаж

Красота нашего тела, нашей фигуры – это то, чем наградила нас природа, что мы унаследовали от родителей и то, как мы обращаемся со своим телом. Идеальные контуры тела – мечта любой женщины, в любом возрасте. Да и большинство мужчин хотят того же. В заботе о наших клиентах, Aquaterra Laser & Esthetic Centre предлагает процедуру LPG массаж – один из самых востребованных методов аппаратной косметологии, применяемых для коррекции фигуры и борьбы с целлюлитом. Такая его популярность обусловлена тем, что воздействие LPG:

**ЭФФЕКТИВНО** – результаты подтверждены не только объективно – многочисленными клиническими исследованиями, но субъективно – миллионами пациентов, опробовавших этот метод на себе.

**КОМФОРТНО** – безболезненное, мягкое, но, в то же время, глубокое воздействие позволяет получить удовольствие от процедуры, насладиться её релаксирующим эффектом.

**ФИЗИОЛОГИЧНО** – активизация обменных процессов, стимуляция тканей организма происходит естественным образом. LPG массаж обеспечивает достижение не только эстетического результата, но и общеукрепляющего, оздоровительного эффекта.

## КРОМЕ ТОГО, LPG ОБЕСПЕЧИВАЕТ:

- Устранение отечности - обладает выраженным лимфодренажным действием.
- Существенное уменьшение выраженности стрий и рубцов.
- Улучшение осанки и координации движений за счет нейросенсорного воздействия.



НАИБОЛЬШУЮ ПОПУЛЯРНОСТЬ LPG ПОЛУЧИЛ В ОБЛАСТИ КОСМЕТОЛОГИИ, ПОСКОЛЬКУ СПОСОБЕН ОБЕСПЕЧИВАТЬ РЕЗУЛЬТАТ ПРИ РЕШЕНИИ ТАКИХ СЛОЖНЫХ ПРОБЛЕМ КАК:

### Целлюлит

устранение видимых проявлений целлюлита с помощью LPG возможно на любых его стадиях.

**Локальные жировые отложения**  
«жировые ловушки», не реагирующие на диеты и физические нагрузки, восприимчивы к этому методу.

### Дряблость кожи

LPG массаж «подтягивает» кожу, увеличивает её упругость: в среднем, площадь поверхности кожи в областях, подвергавшихся активному воздействию LPG (в течение курса из 10 сеансов), сокращается на 20%.

# LPG

Frumusețea corpului și a siluetei noastre - este ceea ce ne-a oferit natura, ceea ce am moștenit de la părinții noștri și felul în care ne îngrijim corpul. Contururile ideale ale siluetei - visul fiecărei femei, la orice vîrstă. Chiar și a bărbaților. Astfel, Aquaterra Laser & Esthetic Center recomandă procedura de masaj LPG - una dintre cele mai populare metode de cosmetologie hardware folosite pentru corecția corpului și lupta împotriva celulitei.

Această popularitate se datorează efectului LPG:

**EFFECTIV** - rezultatele sunt confirmate nu numai în mod obiectiv - prin numeroase studii clinice, dar și subiectiv - de milioane de pacienți care au încercat această metodă pe propria piele.

**CONFORTABIL** - fără durere, gentil, dar în același timp, oferă un efect profund, care vă permite să vă bucurați de procedură și de efectul său relaxant.

**FIZIOLOGIC** - activarea proceselor metabolice, stimularea țesuturilor organismului.

Masajul cu LPG asigură atât realizarea unui rezultat estetic, cât și realizarea unui efect de fortificare și îmbunătățire a sănătății.

LPG a obținut cea mai mare popularitate în domeniul cosmetologiei, deoarece este cea mai avansată terapie de remodelare corporală cu rezultate concrete și de durată.

## ÎN PLUS, LPG OFERĂ:

- Diminuarea țesutului adipos/edemizarea - are un efect pronunțat de drenaj limfatic.
- O reducere semnificativă a severității cicatricilor.
- O postură și coordonare îmbunătățită, datorită efectelor neurosenzoriale.



### Nadin Ojog

„*Find antrenoare fitness, cu multi ani experienta, am devenit deja influencer pentru domnișoare și doamne care ma urmăresc în sala și pe retelele de socializare motiv din care sunt foarte atenta la modul meu de viață și la procedurile care le aleg. Datorita profesiei mele, cunosc bine importanta combinatiei corecte și eficiente între exerciții fizice și proceduri pentru o silueta de vis, anume din acest motiv, optez pentru procedura LPG corp. LPG masaj este lider în stimulare celulară și cel mai performant tratament de slabire, tonifiere și conturare a siluetei iar în cazul meu, de mentinere a acesteia. Recomand cu toata incedarea aceasta procedura domnișoarelor și doamnelor care își doresc un corp bine lucrat, sportiv cu forme senzuale.*”

### CAPABIL SĂ REZOLVE ASTFEL DE PROBLEME COMPLEXE CUM AR FI:

#### Celulita

activarea mecanică a lipolizei, stimulează adipocitele (celulele grase), favorizând reducerea volumului țesutului gras localizat și reducerea treptată a celulitei. Efectul va fi unul de slabire, sculptare, fermitate și netezire.

#### Depunerile locale de grăsime

grăsimea profundă și încăpătânătoare este diminuată.

#### Tonifierea pielii

silueta este remodelată, mai conturată, mai fermă, are efect intens și vizibil de remodelare corporală, astfel suprafața pielii din zonele expuse la LPG (în decursul a 10 sesiuni) este redusă cu 20%.

# LPG Massage

The beauty of our body is something that was given to us by mother nature. It is something that we have to love, cherish and keep healthy. Perfect body shape is what every woman in the world dreams of.

Aquaterra Laser & Esthetic Center presents the most effective treatment LPG Body Massage.

If you suffer from cellulite or want to correct your body shape then LPG is just that you need.

**EFFECTIVE:** It is true that most people will see good results. So, the system does work as advertised and it was proved clinically. This is one of the simplest and best ways to achieve your goal.

**COMFORTABLE:** It has very soft, painless but still deep impact on your body, leaving you feeling relaxed.

**PHYSIOLOGICAL:** The muscles underneath the cellulite will get a proper treatment thanks to the deep massage of the LPG device. It activates and stimulates all the metabolic processes in your body. It helps to achieve not only the aesthetic result but the health of your body as well.

### THE LPG MASSAGE IS VERY POPULAR IN THE WORLD OF COSMETOLOGISTS.

It fights with cellulite, “orange peel skin”, local problems, loose skin.

10 days treatment

gives your skin elasticity, reduces puffiness, appearance of scars.

Due to neurosensory effect you get better coordination.



### Nadin Ojog

„*As a fitness trainer with many years of experience, I have become an influencer for ladies who are following my routine in the gym and on social media, which is why I am very careful about my way lifestyle and the procedures that I choose.*

*Thanks to my profession, I know the importance of the right and effective combination of exercise and procedures for a dream figure, that is why I opt for the LPG procedure. LPG massage is the leader in cellular stimulation and the most effective treatment for weight loss, toning and contouring of the body and, in my case, of maintaining the results.*

*I strongly recommend this procedure to women who wants a well-worked, sporty body with sensual shapes.*”

# SPRING MUST DO PREVENTING TREATMENTS



Onofrei Natalia

“ Я очень люблю эстетику и естественную красоту женщины. Уже как 2 года я являюсь постоянным клиентом Aquaterra Laser & Esthetic Center. Здесь вас всегда радует теплая атмосфера, ароматный кофе, квалифицированные специалисты и последние технологии в мире красоты, такие как система лазерной эпиляции Lumenis Light Sheer Duet. Я много изучала данный вопрос, прежде чем начать процедуры, и по рекомендации своих близких подруг, которые опробовали данную услугу в разных центрах столицы, я сделала выбор в пользу Aquaterra, и очень этому рада. Процедура быстрая и эффективная, неинвазивная и не требует периода восстановления. Идеальное решение для людей, ведущих активный образ жизни. А Aquaterra по-прежнему находится в топе моих предпочтений как эталон качества и эффективности. ” ”



AQUA  
TERRA  
LASER & ESTHETIC CENTRE  
Monday - Saturday: 8:30 - 20:00  
Sunday: 9:00 - 18:00  
Tel: +373 69 757 775  
Bd. Decebal 6/4, Chisinau

## Лазер VS нежелательные волосы

Наиболее ранние достоверные сведения об эпиляции относятся к I веку до нашей эры и связаны с именем Клеопатра, хотя нет никаких сомнений, что эта методика намного старше...

Сегодня тема эпиляции все еще в топе обязательных процедур и женщины все чаще выбирают лазерную эпиляцию, так как она избавляет от необходимости в ежедневном бритье и болезненной депиляции. Как ни крути, возможность облегчить себе жизнь и освободить немного свободного времени для себя, семьи и любимых занятий – в наше время как никогда актуально для прекрасной половины человечества.

Лазерная эпиляция позволяет избавиться от нежелательных волос надолго, если не навсегда. Вы можете удалить волосы в любой зоне, где они растут: лицо, шея, подмышки, руки, ноги, бикини и глубокое бикини. Aquaterra Laser & Esthetic Centre представляет аппарат Lumenis Light Sheer Duet который произвел революцию в мире лазерной эпиляции. В нем используется вакуумная насадка, которая помогает сократить время процедуры и сделать ее менее болезненной. А система контактного охлаждения быстро снимает неприятные ощущения.

В аппарате предусмотрены две манипулы: вакуумная насадка для быстрой обработки крупных зон кожи, и «пистолет» для мелких и деликатных зон на лице и теле.



### Преимущества

НОВЕЙШЕГО  
СПОСОБА ИЗБАВЛЕНИЯ  
ОТ НЕЖЕЛАТЕЛЬНЫХ ВОЛОС –  
ВАКУУМНОЙ ЭПИЛЯЦИИ:

Ускорение времени работы

Современный лазер  
справляется не только с черными  
волосами,  
но и эффективно борется  
со светлыми и рыжими

В отличие от других  
привычных методик эпиляции,  
лазер не оставляет после себя  
отечной и раздраженной кожи.

В первые две недели после лазерной эпиляции вы заметите полный рост волос – как будто ничего и не изменилось. Выпадение начнется спустя некоторое время. Причем с первой процедуры вы «проредите» волосы, ведь лазер воздействует только на фолликулы в активной фазе роста. В следующий раз, спустя 4-6 недель, вы избавитесь еще от одной части нежелательных волос, которые на тот момент будут активно расти. А после этого процедуру можно повторять реже – раз в 6-8 недель, до тех пор, пока кожа не станет идеально гладкой.

# Laser VS păr nedorit

Cele mai străvechi informații despre îndepărtarea părului datează din secolul I î.Hr. și sunt asociate cu numele Cleopatra, deși sunt unele surse care susțin că această procedură este mult mai veche ...

Astăzi, procesul eliminării părului este încă în topul procedurilor obligatorii, iar femeile aleg din ce în ce mai des, îndepărtarea părului cu laser, deoarece vor să excludă depilările dureroase și bărbieritul zilnic. Femeile merg la saloanele de cosmetică din dorință de a fi mai frumoase.

Ele își doresc o piele netedă și cu aspect îngrijit, fără pete, fire de păr și alte pigmentări inestetice. Sunt nemulțumite de metodele de epilare convenționale, care le produc durere prin smulgerea firelor de păr cu aparate electrice epilatoare sau cu ceară. Astfel apare tendința de a folosi metodele de epilare definitivă care sunt non-invazive, nu provoacă daune asupra pielii, durere și alt disconfort greu de suportat. Mai mult decât atât ele își doresc să aibă pielea catifelată, fără fire de păr, o perioadă îndelungată de timp, ceea ce nu este posibil în cazul celorlalte metode de epilare traditionale (acestea trebuie folosite mai des, pentru că firele de păr cresc destul de rapid și trebuie îndepărtate).

Prin epilare definită se obțin rezultate durabile în timp, astfel femeile scapă de stresul vizitelor frecvente la salonul de înfrumusetare. Puteți elmina părul din orice zonă în care crește: față, gât, axile, brațe, picioare, și bikini. Aquaterra Laser & Esthetic Centre vă prezintă aparatul Lumenis Light Sheer Duet, care a revoluționat lumea îndepărtării părului cu laser. Acest dispozitiv este echipat cu tehnologie de amplificare în vid și reflectori speciali care direcționează razele spre anumite zone, care ajută la reducerea timpului procedurii și o face mai puțin dureroasă. Iar sistemul de răcire previne disconfortul.

Dispozitivul are două aplicatoare: unul cu vid pentru procesarea rapidă a suprafețelor mari ale pielii și un "pistol" pentru zonele mici și delicate ale feței și corpului.

## Onofrei Natalia

“Tințesc mult spre frumusețea naturală și esteticul unei femei. De acum 2 ani sunt clienta fidela a Aquaterra Laser&Esthetic Centre. Aici mereu esti întâmpinat de o atmosferă caldă, o cafea aromată, specialiști calificați și cele mai performante tehnologii în lumea frumuseții, cum este sistemul de epilare laser – Lumenis Light Sheer Duet. M-am informat mult înainte de a începe procedurile și din recomandarea a mai multe amice care au testat mai multe metode în diferite centre din capitală, am facut alegerea pentru Aquaterra, și sunt extrem de mulțumita cu aceasta. Tratamentul este rapid și eficient, noninvaziv și nu necesită perioada de restabilire. O soluție perfectă pentru oameni cu un mod de viață activ. Iar Aquaterra rămîne în topul preferințelor mele ca un exemplu de calitate și eficacitate.”

### Avantajele CELEI MAI NOI METODE DE ELIMINARE A PĂRULUI NEDORIT:

#### Viteza sesiunii

Acest laser modern nu se confruntă numai cu părul negru, ci și luptă eficient cu părul blond și roșcat

Spre deosebire de alte metode uzuale de îndepărtare a părului, această metodă, nu lasă urme de edemizare și iritație

În primele două săptămâni după îndepărtarea părului cu laser veți observa o creștere a părului - ca și cum nimic nu s-ar fi schimbat. Căderea va începe mai târziu. Din prima procedură, veți "rări" părul, deoarece laserul afectează numai foliculii în fază de creștere activă. Data viitoare, după 4-6 săptămâni, veți scăpa de o parte a părului nedorit, care în acel moment va crește în mod activ. După aceasta, procedura poate fi repetată mai rar - o dată la fiecare 6-8 săptămâni, până când pielea va rămâne perfect netedă.

# Laser VS unwanted hair

Hair removal for aesthetic enhancement of women's bodies has a long history. Upper-class Roman women of the sixth century BCE used tweezers, pumice stones and depilatories to achieve the desired degree of hairlessness, while Egyptians of Cleopatra's time used a sugar mixture in a method similar to waxing.

The “hair removal” topic is still very actual nowadays. If you're not happy with shaving, tweezing, or waxing to remove unwanted hair, laser hair removal may be an option worth considering. Modern women all over the world opt for laser hair removal. Lasers are useful for removing unwanted hair from the face, leg, arm, underarm, bikini line, and other areas.

Aquaterra Laser & Esthetic Center presents the revolutionary hair removal system – Lumenis Light Sheer Duet by Lumenis.

The LightSheer's dual heads enables permanent hair reduction from all areas of the body. The advanced technology reduces pain, cooling the skin while increasing efficacy. Larger spot size enables greater depth of penetration, for improved absorption of energy at the target follicle. It works great with any color of the unwanted hair, black, blonde or ginger.

With LightSheer Duet features High-Speed technologies you benefit the faster treatment and save your precious time.

During the first two weeks you won't notice a lot of changes about the hair growth, it just will be thinner in some parts. Next visit should be planned after 4-6 weeks. After that you can do it less often, let's say once in 6-8 weeks, it is very individually.

The result won't keep you waiting. Your skin will be smooth and silky with LightSheer Duet Laser.



## Onofrei Natalia

“I appreciate the natural beauty and esthetics of a woman. Since 2 years, I am a loyal customer of Aquaterra Laser & Esthetic Center. Here you are always welcomed by a warm atmosphere, aromatic coffee, qualified specialists and the newest technologies in the beauty industry, such as the Lumenis Light Sheer Duet laser depilation system. I informed myself a lot before starting the procedures and with the recommendation of several friends of mine who have tested several methods at different centers in the capital, I made my choice for Aquaterra, and am extremely happy with it. The treatment is fast and efficient, non-invasive and does not require a rehabilitation period. The perfect solution for people who lead an active lifestyle. Aquaterra remains in the top of my preferences as an example of quality and efficiency.”

# DRINKING MUST DO TREATMENTS



AQUATERRA BEAUTY:  
Monday - Saturday: 8:00 - 20:00  
Sunday: 9:00 - 18:00  
Tel: +373 60 099 788  
Bd. Decebal 6/2, Chisinau



## Carolina Lemesca

“ Я являюсь членом клуба с 2016 года, и параллельно стала постоянным клиентом салона Aquaterra Beauty. Они покорили меня с первых дней индивидуальным подходом, высококачественными средствами, квалифицированными специалистами и приятной и доброжелательной атмосферой! Что касается Алены Скаревной, я твердо утверждаю, что она perfectionist, как никто другой, любит свою работу и выполняет ее на ура. Всегда предлагает и знает последние тенденции в этой области. Я выбираю классические оттенки покрытия, а моя дочь, всегда хочет современные аппликации и цвета, и Aliona Scarevnea всегда умеет предложить идеальный вариант. В моем восприятии Aquaterra Beauty - это идеальный симбиоз между качеством, профессионализмом и заботой о своих клиентах.”

## Маникюр

Мир так стремительно движется вперед, что порою просто жизненно необходимо остановиться на секундочку, выдохнуть и порадовать себя мелкой приятностью, снимающей нервное и мышечное напряжение. Маникюр и педикюр это один из способов ненадолго убежать из реальности и посвятить немного времени себе, любимой.

В Aquaterra Beauty высочайший уровень сервиса, особая атмосфера, работает лучшая команда мастеров которые обладают не только профессиональными навыками на самом высшем уровне, они еще очень креативные, душевые, позитивные и располагающие к себе.

## Manichiura

Lumea se mișcă atât de repede, încât uneori este foarte important să Vă oprîți pentru o clipă, să inspirați adânc și să Vă bucurați de micile plăceri, diminuând tensiunea mentală și musculară. Manichiura și pedichiura este una din modalitățile de a pune pe pauză grijele de zi cu zi și de a Vă dedica puțin timp pentru sine.

În Aquaterra Beauty găsiți servicii la cel mai înalt nivel, o atmosferă specială, unde lucrează cei mai îscusiți meșteri care posedă în perfecționare nu numai abilitățile profesionale, ci sunt și foarte creativi, empatici, pozitivi și binevoitori.

## Manicure

The world is moving forward so fast, that sometimes it is just vital to stop for a second, breathe out and enjoy yourself with some nice little things in order to relieve the nervous and muscular tension.

Manicure and pedicure is one of the way to escape from reality and just to have a quality time to indulge yourself in a pleasant things.

Aquaterra Beauty has the highest level of service and friendly atmosphere, where work the best specialists. While being very professional, they are very creative, positive and easy going at the same time.



## Carolina Lemesca

“ Sunt membru al clubului din anul 2016 si concomitent am devenit client fidel al salonului Aquaterra Beauty. M-au cucerit din primele zile cu abordarea individuală, cu produsele de înaltă calitate, cu specialiști calificați și o atmosferă mereu placută și binevoitoare!  
Despre Aliona Scarevnea, afirm cu toată increderea că este un perfectionist ca nimenei altul, își iubește meseria și o face cu multă dragoste. Mereu propune și cunoaște cele mai noi tendințe în domeniu. Eu optez pentru nuanțele clasice de acoperire iar fiica mea mereu dorește o acoperire modernă cu diferite aplicații și Aliona Scarevnea ne intlege din prima și propune varianta perfectă. În percepția mea, Aquaterra Beauty este simbioza ideală între calitate, profesionalism și solicitudine. ”

## Carolina Lemesca

“ I am a member of the club since 2016 and at the same time I became a loyal client of the Aquaterra Beauty salon. They have conquered me from the very first days with individual approach, with high-quality products, qualified specialists and a pleasant and benevolent atmosphere!  
About Aliona Scarevnea, I can firmly affirm that she is a perfectionist like no other, loves her job and does it wonderfully. She's always up to date the latest trends in the field. I opt for classical shades of coverage and my daughter always wants modern coverage with different applications and Aliona understands us firsthand and offers the perfect vision.  
In my perception, Aquaterra Beauty is the ideal symbiosis between quality, professionalism and solicitude. ”

# DRIVING MUST DO TREATMENTS



AQUATERRA BEAUTY:  
Monday - Saturday: 8:00 - 20:00  
Sunday: 9:00 - 18:00  
Tel: +373 60 099 788  
Bd. Decebal 6/2, Chisinau



Daniela Marin

“ Я человек, который любит свою зону комфорта, но бывают случаи, когда и я впадаю в крайности. Я доверяю специалистам Aquaterra Beauty, потому что каждый раз результат заставляет меня воскликнуть «ВАУ». Проходя через дверь салона, я всегда встречаю приятных людей с улыбкой на губах, которая вдохновляет меня на мысль, что меня всегда рады. Именно поэтому я остаюсь постоянным клиентом салона красоты Aquaterra Beauty. ” ”

РУС

## Волосы

Волосы главное оружие обольщения и неотъемлемое продолжение нашей индивидуальности. Их безупречное качество, великолепная структура и естественность в укладке, составляют основу нашего стиля, делая его узнаваемым и неповторимым.

Спектр парикмахерских услуг Aquaterra Beauty включает в себя эксклюзивные стрижки и техники окрашивания, программы по лечению и восстановлению волос на основе средств от лучшего мирового бренда Kerastase и L'Oréal.

Наши мастера, работая над каждым образом стараются прочувствовать индивидуальность, неповторимый характер и неуловимое настроение.

ROM

## Aranjare par

Părul este principala armă a seducției și continuare incontestabilă a individualității noastre. O structură superbă, naturalețea și impecabilitatea părului crează baza individualității stilului nostru, făcându-l recunoscut și unic. Gama serviciilor de coafură în Aquaterra Beauty cuprinde tehnici avansate de frizură și vopsire a părului, proceduri de tratare și reabilitare a părului, bazate pe gamele de produse ale celor mai profesioniste branduri din lume, Kerastase și L'Oréal.

Meșterii noștri, lucrează asupra fiecărui look, se străduie să simtă individualitatea fiecărui client, caracterul unic și dispoziția momentului.

ENG

## About hair

Your hair are the main weapon of seduction, it is the essential continuation of our individuality. The perfect condition of your hair, its structure and naturalness is the basis of our working style, that makes the job of our hairdressers very recognizable and unique. The spectrum of Aquaterra Beauty services includes exclusive hairstyles, haircuts and modern techniques of coloring, special treatments that nourishes and moisturize your hair. We use only the world best products which are L'oreal and Kerastase. We have an individual approach, trying to reach every client's need and catch the mood.



Daniela Marin

“ Sunt o persoană care își iubeste mult zona de confort. Dar sunt și momente în care evadez și merg spre extreame. Mă încredințez specialiștilor Aquaterra Beauty pentru că de fiecare dată rezultatul mă face să exclam un "WOW" la sfârșit. Pasind pragul salonului ma întâlnesc mereu persoane placute, cu zambetul pe buze care imi insuflă ideea ca mereu sunt binevenita. Din acest motiv voi ramane clientul fidel al salonului Aquaterra Beauty. ” ”

Daniela Marin

“ I am a person who loves a lot his comfort zone. But there are times when I escape and go into extremes. I entrust Aquaterra Beauty specialists because every time the result makes me exclaim a "WOW" at the end. Walking through the door of the salon I'm always greeted by pleasing people with a smile on the lips, and that inspires my idea that here - I am always welcome. That is why I remain a loyal customer of the Aquaterra Beauty salon. ” ”



**Olga Rusu**

“**Я делала различные процедуры по уходу за лицом, но массаж Кобидо является моим любимым. На себе я увидела оздоровительный и омолаживающий эффект. Кобидо отличается от классического массажа. Во время проведения массажа уделяется внимание психо-эмоциональному состоянию, так же контролируется сила энергетических потоков.** После Кобидо мои эмоции всегда приходят в равновесие а также, гармонизируется поток жизненной энергии. Я уверена, что итог от массажа Кобидо никого не подведёт, поэтому не стоит выбирать дорогостоящие кремы для омоложения, а скорее применять на себе японскую технику этого массажа.””

# Массаж Кобидо

*Кобидо в переводе с японского означает «Путь сохранения красоты»*

В древней японской летописи XV века описывается, что Массаж Кобидо был любимой процедурой императрицы. Именно по этому массажу предавали особую важность, совершенствуя технику исполнения из поколения в поколение.

Специалисты уверены, что массаж Кобидо это терапевтическая процедура, которая не только существенно отличается от классического массажа лица, но и приводит к потрясающим результатам.

В ходе проведения процедуры специалист обращает пристальное внимание не только на цвет, структуру и тургор кожи, но и на психоэмоциональное состояние клиента. Считается, что гармонизирование потока жизненной энергии - Ци (Ки) автоматически приводит в равновесие эмоции и состояние физического тела. Во время процедуры активизируются аккупунктурные точки в области лица, шеи и головы тем самым помогая снять напряжения в мышцах и соединительных тканях, восстанавливая свободное кровообращение.

Процедура состоит из трех этапов: очистка, увлажнение и стимуляция меридианов, которые нормализуют состояние внутренних органов, при этом используются техники аккупресуры и лимфодренажа.

В ходе массажа используются очень легкие поглаживания в сочетании с быстрыми и ритмичными постукиваниями пальцами. В зависимости от состояния кожи, также может присоединяться техника работы с глубокими тканями, которая усиливает кровоток в мышцах лица, насыщая клетки кислородом и питательными веществами. Таким образом, запускается механизм регенерации, самообновления тканей.

**После массажа КАБИДО вы прекрасно выглядите и находитесь в полной гармонии с окружающим миром.**



## Основные эффекты массажа Кобидо:

Мышцы лица укрепляются и подтягиваются;

Стимулируется кровообращение и оптимизируется клеточный обмен;

Активизирует лимфатическую систему и способствует выводу токсинов;

Устраняются мышечные спазмы;

Достигается эффект естественного лифтинга и сияющей красоты!

**ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ  
НАИЛУЧШЕГО РЕЗУЛЬТАТА  
РЕКОМЕНДУЕМЫЙ КУРС:  
10 сеансов периодичностью  
2 раза в неделю.**

# Masajului Kobido

**Kobido, în japoneză, înseamnă  
"Metoda de conservare a frumuseței"**

O veche cronică japoneză din secolul al XV-lea descrie masajul Kobido ca preferata procedură a împărătesei. Acest masaj era tratat cu o importanță deosebită, specialiștii îmbunătățind tehnicele acestuia din generație în generație.

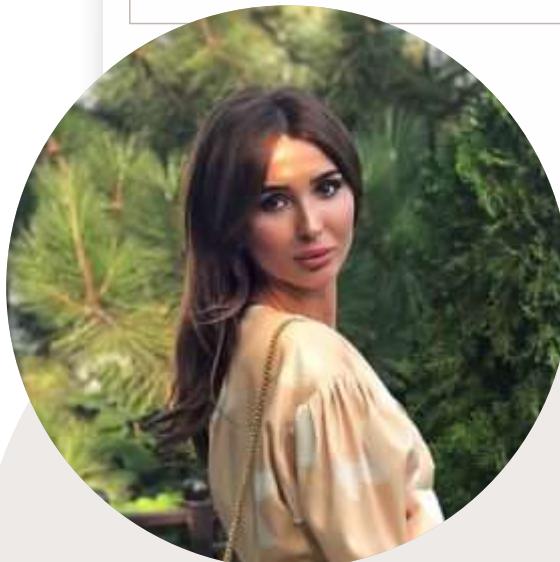
Expertii afirmă cu certitudine că masajul Kobido este o procedură terapeutică, care este semnificativ diferită de masajul facial classic și duce la rezultate incredibile. În timpul procedurii, specialistul atrage o atenție deosebită nu numai la culoarea, structura și turgorul pielii, dar și la starea psihico-emotională a clientului. Este considerat că armonizarea fluxului energiei vitale - Qi echilibrează emoțiile și starea corpului fizic. În timpul procedurii se activează zonele de acupunctură de pe față, gât și cap, ajutând astfel ameliorarea tensiunii musculare și a țesuturilor precum și restabilirea circulației normale a sângei.

Procedura este compusă din trei etape: curățarea, hidratarea și stimularea meridianelor care normalizează starea organelor interne, folosind tehnica acupresurii și drenajului limfatic.

Tehnica masajului constă în combinarea mișcărilor lente cu atingerile rapide și ritmice ale degetelor.

În funcție de starea pielii, este posibil să fie aplicată tehnica de lucru cu țesuturile adânci, care crește fluxul săngelui către mușchii feței, saturând celulele cu oxigen și substanțe nutritive. Astfel, începe mecanismul de regenerare, auto-reînnoire a țesuturilor.

**După masajul KOBIDO, veți arăta grozav și Vă veți simți în armonie deplină cu lumea din jur.**



**Olga Rusu**

“Am facut diverse proceduri pentru îngrijirea faței, însă masajul kobido este favoritul meu. Am observat un efect vizibil de întinerire și însănătoșire a pielii. Kobido este diferit de masajul clasic. În timpul masajului, se acordă atenție stării psihico-emotionale a pacientului, precum și se lucrează asupra fluxurilor de energie. După Kobido, simt un echilibru emoțional și o armonie a fluxului energetic. Sunt sigură că rezultatul masajului Kobido va întrece așteptările fiecăruia, de aceea să sfătuie oricărui, să nu alegă creme scumpe pentru întinerire, ci să optezi pentru tehnica unică japoneză a masajului Kobido.”

## Principalele efecte ale masajului Kobido:

Mușchii feței se întăresc și se contractă;

Este stimulată circulația săngelui și optimizarea schimbului de celule;

Se activează sistemul limfatic și contribuie la eliminarea toxinelor;

Elimină spasmele musculare;

Efectul liftingului natural și frumuseței radiante!

**PENTRU CELE MAI BUNE REZULTATE, CURSUL RECOMANDAT:**

**10 sesiuni, de 2 ori pe săptămână.**

# Kobido Massage

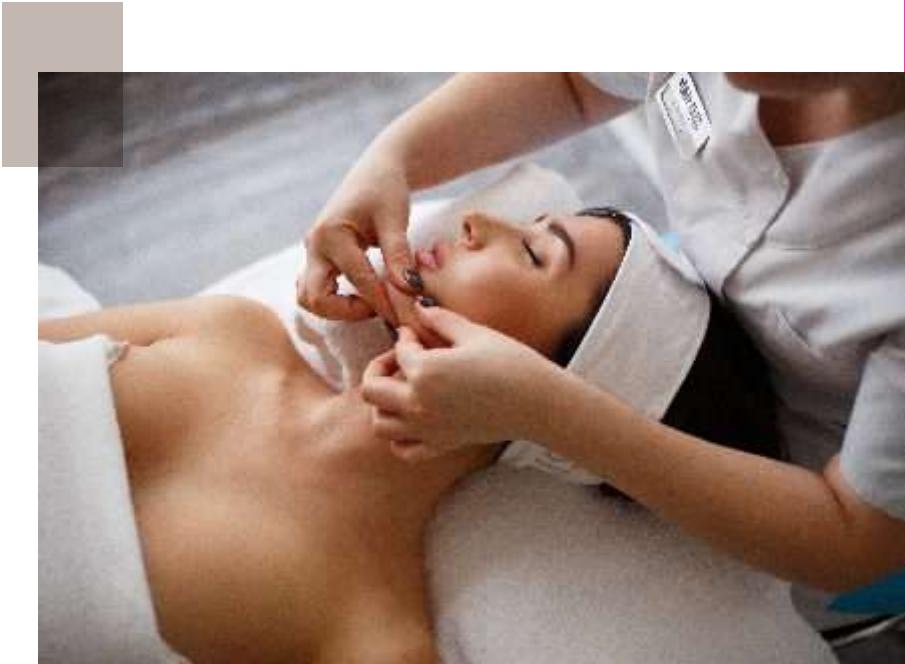
*Kobido in Japanese means  
"The way of preservation the Beauty"*

Ancient Japanese Chronicles of the XV century describes the Kobido's Massage as the most favorite empress's procedure. That's why the massage was so important and the technique of performance was improving from generation to generation. Experts are sure that the massage Kobido is a therapeutic procedure, which is not only significantly different from the classic facial massage, but also leads to stunning results.

During the procedure, the specialist pays close attention not only to the color, structure and turgor of the skin, but also to the psycho-emotional state of the client. It is believed that the harmony of the flow of vital energy-Qi (Qi) automatically balances the emotions and state of the physical body. During the procedure, acupuncture points are activated in the face, neck and head area, thereby helping to relieve tension in the muscles and connective tissues, restoring free circulation. The procedure consists of three stages: purification, hydration and stimulation of the meridians, which normalize the state of the internal organs, while using the techniques of acupressure and lymphatic drainage.

Kobido it's a very easy stroking in combination with fast and rhythmic tapping fingers. Depending on the condition of the skin, it is also possible to join the technique of working with deep tissues, which strengthens the blood flow in the muscles of the face, saturating the cells with oxygen and nutrients. Thus, the mechanism of regeneration, self-renewal of tissues is started.

**After the massage Kobido you look great and are in complete harmony with the world around.**



**Olga Rusu**

“In the past, I did various procedures for the face, but Kobido massage is my favorite. I noticed a healing and rejuvenating effect on myself. Kobido is different from the classic face massage. During the procedure, special attention is paid to the emotional state, as well as the energy flows of the body. After Kobido, my emotions always get in balance and harmonize with my body's energy flow. I am sure that the result of Kobido massage will not let anyone down, so my advice is not to waste money on expensive creams for rejuvenation, but rather use this unique Japanese technique on yourself.”

## The Main effects of Kobido Massage:

The face muscles are strengthened and tightened;

Blood circulation is stimulated and cellular metabolism is optimized;

Activates the lymphatic system and promotes the withdrawal of toxins;

Muscle spasms are eliminated;

The effect of natural lifting and radiant beauty is achieved.

**FOR BEST RESULTS,  
THE RECOMMENDED COURSE  
is 10 sessions ( twice a week).**

# MUSTDO DRENAGE TREATMENTS



Panteleiciuc Dorin

“ Впервые я попробовал эту процедуру полгода назад, могу сказать понравилась с первого раза. Она дарит моей коже все, что ей необходимо - очищение, увлажнение, расслабление, а также омолаживающий эффект. После процедуры я всегда чувствую себя освеженным и отдохнувшим. ”

# Men's Facial Treatment

## ЧЕМ МУЖСКАЯ КОЖА ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ЖЕНСКОЙ?

Отличия мужской кожи от женской есть, их много, и они зависят от нескольких факторов.

Главный из них — гормональный фон. В связи с высоким уровнем тестостерона мужская кожа на 20-25% толще и плотнее. Поэтому лучше противостоит ветру, перепадам температур и другим агрессивным внешним воздействиям. Из-за андрогенов сальные железы работают активнее, к тому же количество желез выше, чем у женщин, поэтому мужская кожа чаще относится к комбинированному или жирному типу. В мужской коже больше коллагена, что обеспечивает высокую упругость. Но из-за высокой плотности и толщины они глубже и рельефнее, особенно на лбу и вокруг глаз. Зрелая кожа страдает от потери тонуса, приводящего к изменению контуров лица. А поскольку в мужской коже гораздо больше кровеносных сосудов, она склонна к куперозу.

Также в мужской коже много меланина, значит, она лучше защищена от ультрафиолета. Поэтому пигментные пятна от солнца у мужчин возникают реже, возрастная пигментация появляется позже, но с имеющейся бороться очень сложно.

Все эти особенности объясняют кардинальную разницу в уходе за мужской кожей, созданию и выбору косметологических процедур.

Уход для мужчин **Men's Facial Treatment** глубоко увлажняет, успокаивает и стимулирует естественный процесс регенерации кожи.

### ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

ПРОЦЕДУРЫ: 50 минут.

КУРС: от 4 процедур.

РЕЗУЛЬТАТ: свежая подтянутая гладкая кожа сияет красотой и демонстрирует здоровый цвет лица!

### В ПРОЦЕДУРУ ВХОДЯТ:

#### ОЧИЩЕНИЕ

в форме лёгкого геля, которое содержит фруктовые кислоты и соли Мёртвого моря, снимает поверхностные загрязнения кожи и выделения сальных желез. Глубоко очищенная кожа готова к дальнейшим этапам процедуры;

#### ГЕЛЬ-ПИЛИНГ

с фруктовыми кислотами и гранулами жожоба мягко и эффективно отшелушивает отмершие клетки кожи. Кожа становится мягкой и нежной;

#### КОНЦЕНТРАТ,

в состав которого входят высокотехнологичные омолаживающие компоненты, за счёт которых кожа подтягивается и разглаживаются морщины, оказывая мощное антивозрастное действие;

#### ЛИФТИНГ-МАСКА

содержит альгинат, который насыщает кожу морскими минералами, обеспечивая лифтинг-эффект, здоровый цвет лица и сияющий внешний вид.

#### РЕЛАКСИРУЮЩИЙ КРЕМ

вместе с комфорtnым расслабляющим массажем питает кожу белками шёлка и витаминами A, E, F. Гладкая кожа дарит ощущения релаксации и гармонии.

# Men's Facial Treatment

## CU CE SE DIFERENȚIAZĂ PIELEA BĂRBĂTEASCĂ DE PIELEA FEMININĂ?

Există multe diferențe dintre pielea masculină și cea feminină și ele depind de diversi factori. Principalul factor este fonul hormonal. Datorită nivelului ridicat de testosteron, pielea bărbătelor este cu 20-25% mai groasă și mai densă. Prin urmare, este mai rezistentă la vânt, diferențele de temperatură și altor influențe agresive din mediul ambient. Datorită androgenelor, glandele sebacee sunt mai active iar cantitatea lor este mai mare la femei, prin urmare, pielea masculină este preponderent de tip combinat sau de tip gras.

Pielea masculină conține mai mult colagen, care asigură o elasticitate ridicată. Dar datorită densității și grosimii sale, ridurile sunt mai profunde și mai proeminente, mai ales pe frunte și în jurul ochilor. Pielea matură suferă din cauza pierderii tonusului, ceea ce duce la o schimbare a conturului general al feței. Își din motiv că pielea masculină conține cu mult mai multe vase sanguine, este predispusă la rozacee.

De asemenea, pielea bărbătelor are multă melanină, ceea ce înseamnă că este mai bine protejată de razele solare. Petete pigmentare de la soare la bărbăti apar cu o frecvență mai scăzută, pigmentarea de vîrstă apare mai târziu, dar este foarte dificil de luptat cu o pigmentare deja existentă. Toate aceste caracteristici explică diferența fundamentală în îngrijirea pielii bărbătelor, crearea și selecția procedurilor cosmetice.

Îngrijirea pentru bărbăți **Men's Facial Treatment** hidratează profund, calmează și stimulează procesul natural de regenerare a pielii.

**DURATA PROCEDURII:** 50 de minute.

**CURS:** de la 4 proceduri.

**REZULTATUL:** piele proaspătă, tonifiată și netedă, care strălucește frumos și are un aspect sănătos!

### PROCEDURA INCLUDE:

#### PURIFICAREA

sub formă unui gel ușor, care conține acizi de fructe și săruri din Marea Moartă, elimină murdăria de pe suprafața pielii și secrețiile glandelor sebacee. Pielea bine curătată este gata pentru etapele ulterioare ale procedurii;

#### GELURILE

cu acizi de fructe și granule de jojoba exfoliază delicat și eficient celulele pielii moarte. Pielea devine moale și delicată;

#### CONCENTRAT,

care constă din componente anti-îmbătrânire de o tehnologie înaltă, datorită cărora pielea strângă și netezește ridurile, asigurând un efect puternic anti-îmbătrânire;

#### LIFTING

masca conține alginat, care hrănește pielea cu minerale marine, oferind un efect de lifting, un ten sănătos și un aspect radiant.

#### CREMA

cu efect de relaxare împreună cu un masaj confortabil și relaxant, ce hrănește pielea cu proteină de mătase și vitaminele A, E, F. Pielea netedă oferă un sentiment de relaxare și armonie.

## Panteleiciuc Dorin

“Am încercat această procedură pentru prima oară acum jumătate de an, și pot spune că mi-a placut deodată. Îi oferă pielei tot de ce are nevoie – curățare, hidratare, relaxare și, de asemenea, efect de lifting facial. Procedura este plăcută și mă simt foarte invigorit după finisare.”

# Men's Facial Treatment

## WHAT IS THE DIFFERENCE BETWEEN MALE AND FEMALE SKIN?

There are many differences between male and female skin and they depend on several factors. One of the most important is the hormonal background. Due to the high level of testosterone, men's skin is 20-25 % thicker. That's why it better resists wind, changes of temperature and other aggressive external impacts. Because of the androgens, sebaceous glands work more actively, beside that the quantity of the glands are higher, that is why men's skin more often refers to combination or oily skin.

The male skin has more collagen, which provides high level of elasticity. Because of the high density and thickness of the skin, the wrinkles are deeper especially on a forehead and around the eye zone. Mature skin suffers from a loss of tone, resulting in a change in the contours of the face. And since there are much more blood vessels in the male skin, it tends to be couperose. Also, in the male skin a lot of melanin, so it is better protected from the ultraviolet. Therefore the pigmentation occurs less often on a men's skin. But if a man already has the pigment spot it's very hard to fight them. All these features explain the total difference of the male skin and the selection of cosmetic treatments. **Men's Facial Treatment** is the treatment that deeply moisturizes, calms and stimulates the natural process of skin regeneration.

### THE PROCEDURE INCLUDES:

#### CLEANSING

with a light gel, which contains fruit acids and dead sea salts, it removes all the oiliness and contamination of the skin. Deeply cleansed skin is ready for the next steps.

#### GEL- PEELING

with fruit acids and jojoba granules gently and effectively exfoliates dead skin cells. The skin becomes soft and tender.

**DURATION OF THE PROCEDURE** is 50 minutes.

**THE RESULT:** fresh, toned, smooth skin that shines and reflects beauty and a healthy complexion.



## Panteleiciuc Dorin

“I have tried this procedure for the first time about half a year ago, and I can say I liked it early on. It offers my skin everything it needs - cleansing, moisturizing, relaxation and also a face lift. After the procedure, I always feel rejuvenated and fresh.”

#### THE CONCENTRATE,

which includes high tech anti-aging components that tightens and smooths the skin, providing a powerful anti-aging effect.

#### THE LIFTING MASK

contains alginate that enriches the skin with sea minerals, providing lifting effect, healthy complexion and radiant appearance.

#### RELAXING CREAM

together with a comfortable relaxing massage that nourishes the skin with silk proteins and vitamins A E F. Smooth skin gives the feeling of relaxation and harmony.

**RECOMMENDED COURSE:** 4 pr. and up.



# *A fine* **EXCESS**

*Classic makeup  
and exquisite lady like jewels  
are recast in extreme contrasts  
for the perfect look  
on any occasion.*



FLEUR DE LIS  
jewellery salon

Photography: Dragos Cojocaru | Concept: Onofrei Natalia

Model: Isac Aliona  
Styling: Lazarenco Olga  
Make up: Costova Olga  
Jewelry: BOUCHERON -  
ring and earrings  
(collection Serpent Boheme).



Model: Samoilenco Diana  
Styling: Garsinscaia Olga  
Make up: Orlov Dana  
Jewelry: DE GRISOGONO -  
ring and earrings  
(collection Serpent Boheme).



Model: Golubcova Cristina  
Styling: Ojo Anna  
Make up: Breahna Olga  
Jewelry: STEPHEN WEBSTER -  
ring (Jitterbug) and earrings  
(Lady Stardust Crystal Haze  
collection).



Model: Efrosi Olga  
Styling: Sirbu Doina  
Make up: Costova Olga  
Jewelry: MAGERIT -  
ring and earrings  
(collection Versailles).



Model: Varinscaia Tatiana  
Styling: Gorobet Lilia  
Make up: Breahna Olga  
Jewelry: PASQUALE BRUNI -  
ring and earrings  
(collection Bon Ton Joli).



# Валерий Шумилов

Здоровое питание и спортивный клуб – это не модное течение, а неотъемлемая часть современного образа жизни. Как прийти к этому пониманию, мы узнали у человека, который однажды раз и навсегда кардинально изменил свою жизнь ...

**Валерий, какой у вас был самый максимальный вес?**

Около 13 лет назад мой вес доходил до 130 кг.

**Что предшествовало этому весу?**

Обычный образ жизни человека, который особо не размышляет по поводу привычек питания и режима дня.

В юности я всегда был достаточно спортивного телосложения и никогда вопросов по поводу веса не возникало. Потом пришло время довольно непростых студенческих лет. Это было время, когда в смутные 90-е ничего себе особо позволить было нельзя.

Позже, уже получив высшее образование, мы с компаниями открыли фирму, и пришло время первых более-менее приличных заработков. И тогда понеслось... Откровенно непростые студенческие годы хотелось как можно быстрее

вкусно заесть и чем-то таким же вкусным запить. Потому что с первым материальным достатком, ты качественно улучшаешь свой образ жизни, и это улучшение начинается именно с того, что ты ешь и что ты пьёшь. Со временем, доступного становится больше, а движений меньше. Конечно, рано или поздно это может не сказаться на твоем здоровье и, особенно, на твоём весе. Так, за четыре года я лихо набрал, и к своим 26 годам, незаметно для самого себя, я с 85 кг дошел до 130 кг.

**Именно это послужило для вас звонком, что надо что-то менять?**

Произошло все не сразу. При моей комплекции и росте эти килограммы распределялись довольно равномерно. Конечно, я понимал, что сильно набрал, меня это немного беспокоило. Но, скажем так, это не было трагедией.

**Какой был поворотный момент, когда вы решили начать вести другой образ жизни?**

Началось с того, что жизнь начала периодически подавать мне определенные знаки. Как-то я пошел в магазин бытовой техники покупать микроволновку, а в подарок к ней шли весы. Когда на весах я увидел цифру «128», я, конечно, мягко сказать, изумился, но не придал этому особого значения. Спустя время я перестал находить в Кишиневе брюки нужной талии, и мне было не по себе от того, что молодой парень должен покупать вещи в магазинах «king size». Какое-то прозрение вроде стало просыпаться, но тоже не очень убедительно. Потому что вкусная еда, особенно в конце сложного и трудного рабочего дня – это настоящий наркотик, очень сложно добровольно от него отказаться.

Потом у меня начали появляться проблемы со здоровьем. Одна из них, сыгравшая значительную роль – это обострение острого гастрита. У меня физически не оставалось никакого выбора, кроме как месяц кушать еду, приготовленную исключительно на пару. На тот момент для меня это было чем-то немыслимым. Но как бы я не старался разнообразить приемы пищи привычными продуктами, организм этого просто не позволял. Жесткая диета, питание исключительно овощами, приготовленными на пару, ни капли алкоголя в течение месяца, и голова как будто начала проясняться.

За этот месяц такой жесткой диеты, ничего специально не предпринимая, я скинул первые 10 кг. В тот момент, когда я надел брюки и увидел, что они на мне висят, я окончательно проснулся. Я моментально понял, что если во все это добавлю еще и спорт, то очень быстро попрощаюсь с уже ненавистными мне килограммами. Ко мне пришло осознание, что жизнь дала мне шанс изменить себя, и я просто не могу не воспользоваться этой возможностью.

**Какими были следующие шаги?**

Первое, что я сделал, это взял годовой абонемент в тренажерный зал и персонального тренера на несколько месяцев вперед. За три месяца я переломил весь свой привычный уклад, без которого раньше жизнь казалась мне просто немыслимой, и привил себе новые привычки здорового питания и регулярные посещения тренировок. За первый год такого образа жизни у меня ушло 30 кг, за следующий год – еще 10 кг.



**В чем заключалась главная трудность первых трех месяцев?**

Найти причины полюбить дискомфорт, который первое время однозначно был. Полюбить новую систему здорового питания, полюбить, минимум, три раза в неделю ходить на кардио, полюбить то, что в твоей жизни полностью отсутствует сладкое, мучное, алкоголь и другие продукты, негативно влияющие на твой организм. Полюбить нового себя.

Для многих, самое сложное найти эти причины... Если человек не нашел мотивации поменять свой образ жизни, выйти из зоны комфорта, то это говорит о том, что то, в чем он находится сейчас, его вполне устраивает. Это ему еще не надоело до полного отвращения. У человека получается сделать первый шаг к переменам тогда, когда его жестко выбрасывает из привычного образа жизни, когда жизнь ставит жесткий ультиматум. В моем случае, это была проблема со здоровьем.

А дальше уже вопрос силы воли. Мне сложно сказать, врожденное это качество или приобретенное в результате конкретных действий и шагов, но суть в том, что это качество должно обязательно присутствовать в человеке, если он желает что-либо изменить по-настоящему.



## Что делать в том случае, если желание есть, а силы воли нет?

Нужно сделать ряд очень кардинальных шагов, помочь себе самому. Например, сменить круг общения, если он тебя возвращает в старые вредные привычки, общаться с теми, кто разделяет твои новые ценности. Сменить круг привычных интересов, например, вместо журналов про автомобили или светскую жизнь, перейти на журналы о здоровом питании. Взять персональные тренировки на более длительное время, потому что нет лучшей мотивации, чем впустую потраченные деньги. Найти инструктора, который сможет быть тебе дополнительной опорой в качестве мотиватора. Буквально договориться с ним, чтобы перед каждой тренировкой он тебе называл и фактически принуждал тебя идти в зал.

На начальном этапе на пути к новому себе, ты как будто учишься заново ходить. Это очень непросто, но когда у тебя начинает получаться, ты уже ходишь уверенной походкой и не думаешь, как ты это делаешь, знаешь только, зачем и куда ты идешь.

## Начальный путь самый сложный. Что помогло конкретно вам сделать первые уверенные шаги к новому себе?

Я представил образ нового себя. Стал креативным творцом себя и придумал, каким я хочу быть. Этот образ я визуализировал до мельчайших деталей, вплоть до одежды, которую я буду носить и места, которые я буду посещать. К этому образу нужно относиться очень бережно, любить, обхаживать его и лелеять.

Но это не все. После того, как ты достиг первых желаемых результатов, наступает самое сложное. Ты начинаешь задаваться вопросом: ну хорошо, вот, я стал таким, каким мечтал. И что? Дальше-то что? И тут ответ в любви к себе. Ты очень хорошо должен понимать, что то, каким ты хочешь стать и то, каким ты становишься, ты делаешь не для кого-то, а только для самого себя. Поддержание своей новой формы, нового образа жизни, своих новых привычек, оказывается, намного сложнее, чем даже первые шаги. Тут уже нужно находить мотивацию совершенно другого уровня, более глубинную.



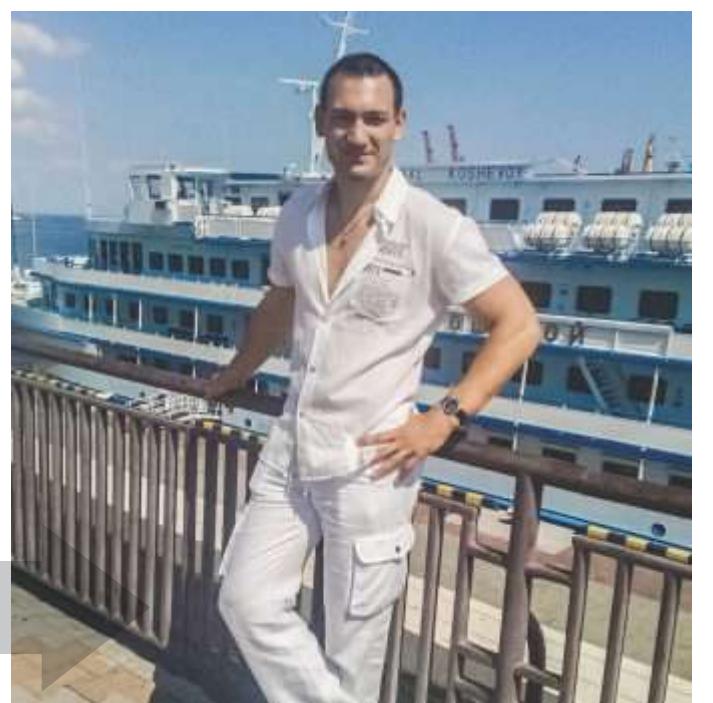
## На пути к новому себе, ты как будто учишься заново ходить

### Как найти эту глубинную мотивацию?

Задать себе вопрос, почему я хочу быть другим? Потом задать себе более сложный вопрос, почему я не хочу быть другим? И из этого понять, почему во мне эти причины есть, и начать работать с ними. Без этого подробного разбора с самим собой ничего не произойдет. Это как с утра честно взглянуть на себя в зеркало и увидеть, все тебе там нравится или нет.

Ответы на эти вопросы обязательно вас выведут на ваши слабости. А когда определяешь свои слабости, то находишь способы с ними работать и постепенно становишься сильнее их.

И когда все эти условия соблюdenы, происходят колоссальные изменения. Ты видишь и любишь нового себя, я бы даже сказал, настоящего себя, и тогда к старому уже не хочется возвращаться...



O dietă sănătoasă și un club sportiv nu este o tendință de modă, ci o parte esențială a stilului de viață modern. Cum să ajungem la această idee, am învățat de la un om care și-a schimbat dramatic viață

# Valeriu Sumilov

### Valeriu, care a fost greutatea Dvs. maximă?

Acum 13 ani, greutatea mea a ajuns la 130 kg.

### Cum ați ajuns la această greutate?

Modul obișnuit de viață al unei persoane care nu se gândește prea mult la obiceiurile alimentare și regimul zilnic.

În copilarie am fost întotdeauna destul de atletic și nu am avut probleme cu greutatea. Însă perioada de studenție destul de dificilă, și-a lăsat amprenta. În anii 90, nu ne permiteam nimic deosebit. Mai târziu, după ce am primit deja o educație superioară, am deschis o companie cu partenerii de afaceri, astfel, a sosit perioada pentru primele căștiguri decente. Sîi de aici s-a început totul... Sincer vorbind, în anii difficili de studenție am vrut mereu să mânânc ceva repede, gustos și delicios. Iar, odată cu prima prosperitate materială, calitatea stilului de viață s-a îmbunătățit. În timp, disponibilul devine mai mult iar mișcările mai puține. Desigur, aceste schimbări, mai devreme sau mai târziu, vă pot afecta sănătatea și, mai ales, greutatea.

Deci, în patru ani m-am îngrășat considerabil, astfel la 26 de ani, nici nu am sesizat cum de la 85 kg am ajuns la 130 kg.

### Cifra de 130 kg. v-a îndemnat să schimbați ceva?

Nu s-a întâmplat imediat. La statura și fizicul meu, aceste kilograme au fost distribuite în mod proporțional. Desigur, am înțeles că am adăugat mai mult decât trebuie, m-am îngrijorat puțin. Dar, să zicem, nu a fost o tragedie.



Care a fost punctul de cotitură atunci când ați decis să începeți un stil de viață diferit?

Total a început cu faptul că viața îmi arunca periodic anumite semne. Într-o zi, m-am dus la magazinul de electrocasnice pentru a cumpăra un cuptor cu microunde iar în dar, am primit un cânător corporal. Când am văzut cifra de "128" pe cânător, eu, desigur, am fost uimit, dar nu am acordat prea multă importanță acestui lucru. După un timp, nu găseam pantaloni potriviti pentru mine, astfel am început să mă simt incomod, deoarece fiind Tânăr sunt nevoie să-mi cumpăr lucruri în magazinele de dimensiuni mari. Astfel, au început să se trezească primele gânduri referitoare la greutatea mea, însă nu erau prea convingătoare. Deoarece mâncarea gustoasă, mai ales la sfârșitul unei zile dificile și stresante, este ca un drog, este foarte greu să o refuzi în mod voluntar.

Apoi au început problemele de sănătate. Unul dintre ele, care a jucat un rol semnificativ, a fost agravarea gastritei acute. Nu aveam de ales decât să mânânc alimente gătite exclusiv la aburi, timp de o lună. Acel moment pentru mine a fost ceva de neconcepție. Dar, indiferent de greutățि, am încercat să diversific aporturile alimentare cu produse familiare, însă organismul pur și simplu refuza să le primească. O dietă dură, doar legume la aburi și nici o picătură de alcool timp de o lună, ca urmare capul părea să se limpezească.

În această lună cu o astfel de alimentație rigidă, fără a întreprinde nimic în mod special, am slăbit cu 10 kg. În acel moment, când mi-am pus pantalonii și am văzut că sunt largi pe mine, m-am trezit brusc. Mi-am dat seama instantaneu că dacă voi adăuga sport la toate astea, îmi voi lăua rămas bun de la kilogramele pe care deja le urăsc. Astfel am realizat că viața mi-a oferit șansa de a mă schimba și că nu trebuie să ratez această ocazie.

## Care au fost pașii următori?

Primul lucru pe care l-am făcut a fost achiziționarea unui abonament anual la sala de forță cu un antrenor personal. Timp de trei luni m-am dezis de multe lucruri și obiceiuri nocive, fără de care viața mi se părea de neconceput înainte. Sala de forță mi-a creat noi obiceiuri alimentare sănătoase și vizite regulate la antrenamente. Pentru primul an al unui astfel stil de viață am slăbit cu 30 kg, iar anul următor - încă 10 kg.

## Care a fost cea mai mare dificultate a primelor trei luni?

Să găseșc motive suficiente pentru a iubi disconfortul creat de exercițiile efectuate, pentru a îndrăgi un nou sistem alimentar sănătos, pentru a exersa cardio cel puțin de trei ori pe săptămână, și desigur să îndrăgiti faptul că nu există produse dulci, făină, alcool sau alte produse în viața voastră care vă afectează negativ corpul. Să vă iubiți pe voi însivă cu noul stil de viață.

Pentru mulți, cel mai dificil pas, este să găsească aceste motive ...

Dacă o persoană nu și-a găsit motivația de a-și schimba modul de viață, de a părăsi zona de confort, atunci înseamnă că ceea cea are acum este potrivit pentru el. Aceasta, încă nu a obosit de starea lui până la un dezgust total. O persoană reușește să facă primul pas pentru a se schimba atunci când dă de greutăți în modul său obișnuit de viață, atunci când viața îi pune ultimatum. În cazul meu, a fost o problemă de sănătate.

Și atunci apare problema puterii voinței. Îmi este dificil să spun dacă această calitate este înăscută sau dobândită ca urmare a unor acțiuni și pași specifici, dar ideea este că această calitate trebuie să fie prezentă la persoana care își dorește cu adevărat schimbări majore.

## Ce trebuie de făcut dacă este dorință, dar nu voință?

Este necesar să faceți o serie de pași foarte concreți, pentru a vă ajuta. De exemplu, schimbați cercul social, dacă reveniți la vechile obiceiuri proaste, comunicați cu cei care vă împărtășesc noile valori. Schimbați obiceiurile, de exemplu, în loc de reviste despre mașini sau viață socială, studiați reviste despre alimentația sănătoasă. Luați antrenamente personale pentru o perioadă mai îndelungată, deoarece nu există o motivație mai bună decât banii pierduți în zadar. Găsiți un instructor care poate fi sprijinul dvs. moral, găsiți un adevărat motivator. Întelegeți-vă din timp, ca antrenorul să vă sună înainte de fiecare antrenament, să aibă grijă că frecvența cu regularitate sala de forță.

La etapa inițială calea spre un nou sine, ar fi de parcă vă învățați să mergeți din nou. Este foarte dificil, dar când începe să se primească, deja veți merge cu pași mai încrezători și nu vă veți gândi cum o faceți, ci veți să doar de ce și întocmai mergeți.

# Cu identificarea slăbiciunilor deveniți mai PUTERNICI decât ele

Primii pași sunt cei mai difficili.

**Ce v-a ajutat în mod special să faceți primii pași încrezători spre o nouă viață?**

Mi-am închipuit noua mea imagine. Am devenit un creator pentru mine însuși și mi-am imaginat cum vreau să fiu. Am vizualizat această imagine până la cel mai mic detaliu, până la hainele pe care le voi purta chiar și locurile pe care le voi vizita. Această imagine nouă trebuie tratată foarte atent, ea trebuie iubită, admirată și desigur prețuită.

Dar asta nu e tot. După ce ați obținut rezultatele dorite, vine partea cea mai grea. Vă veți întreba: bine, am devenit aşa cum mi-am dorit. Si ce? Ce urmează? Răspunsul este dragostea de sine. Trebuie să înțelegeti foarte bine că felul în care doriți să deveniți, nu o faceți pentru cineva, ci doar pentru Dvs. Menținerea noii voastre forme, a noului stil de viață, a noilor obiceiuri, se dovedește a fi mult mai dificilă decât primii pași. La această etapă este necesar să găsim motivația la un alt nivel, mai profund.

**Cum să găsim această motivație profundă?**

Întrebați-vă de ce vreți să fiți diferiți? Apoi, întrebați-vă o întrebare mai dificilă, de ce nu vreți să fiți diferiți? și anume astfel veți identifica motivele care vă împiedică să vă schimbați și desigur trebuie să reflectați mai des asupra lor. Fără această analiză detaliată făcută de Dvs., nimic nu se va întâmpla. Este ca și cum să vă priviți în oglindă dimineață și să vă întrebați sincer dacă vă place sau nu reflectia Dvs. din oglindă.

Răspunsurile la aceste întrebări vă vor conduce cu siguranță la punctele slabe ale Dvs. Iar odată cu identificarea slăbiciunilor, veți găsi o mulțime de modalități de a lucra cu ele și, treptat, să deveniți mai puternici decât ele.

Și când toate aceste condiții sunt îndeplinite, apar schimbările enorme. Vă veți iubi și admira pe voi însivă, veți crea o nouă personalitate, astfel nu veți dori să vă întoarceti la cel vechi...



# Valeriu Sumilov

*A healthy diet and a sports club is not a fashion trend, it is an essential part of modern lifestyle. How to get to this idea, we learned from a man who has dramatically changed his life...*

**Valeriu, what was your maximum weight?**

13 years ago, my weight reached 130 kg.

**How did you reach this weight?**

The usual way of life of a person who does not think too much about eating habits and the daily diet. In my childhood, I was always in good shape and I had no problems with the weight. However, the difficult period of student life, left marks. In the nineties, we were not allowed to have anything special. Later, after finishing the studies, we opened a company with my business partners, so the time for the first decent earnings has arrived. And that's where it all started ... Frankly speaking, in the difficult years of college I always wanted to eat something fast, tasty and delicious. Therefore, with the first material prosperity, the quality of my life has improved. Over the time, the available becomes more and the moves less. Of course, these changes, eventually, can affect your health and,

above all, the weight.

In four years, I grew considerably, so at age 26, I did not even noticed how from 85 kg I reached 130 kg.

**The figure of 130 kg urged you to change something?**

It did not happen right away. With my stature and physique, these pounds were distributed proportionally. Of course, I understood that I added more than I needed. I worried a little. However, let us say, it was not a tragedy.

**What happened that you decided to start a different lifestyle?**

It all started with the fact that my life periodically was giving some signs. One day, I went to the electronics store to buy a microwave, and as a gift, I received a scale. When I saw the figure of "128" on the scale, I was, of course, amazed, but I did not give too much attention to this. After a while, I do not find the right trousers for

me, so I started to feel awkward as being young I have to buy things in king size stores. Therefore, the first thoughts about my weight began to awaken, but they were not very convincing. Because tasty food, especially at the end of a difficult and stressful day, is like a drug, it is very hard to refuse it voluntarily. Then health problems started. One of them, which played a significant role, was the worsening of acute gastritis. I had no choice; I was eating steamed food for one month. For me, that period was very difficult. A tough diet just steamed vegetables and no alcohol for a month, so my head seemed to be clearer.

During that month with such a rigid diet, without doing anything special, I lost 10 kg. At that moment, when I put my pants and saw that they were wide on me, I woke up suddenly. I realized instantly that if I add sport, I would say goodbye to the pounds I already hate. Therefore, I realized that life gave me the chance to change and that I should not miss this opportunity.

#### **What were the next steps?**

The first thing I did, it was to buy an annual subscription to the gym with a personal coach. For three months, I have quit many harmful things and habits, without which life seemed unreal to me before. The gym has created new healthy eating habits and regular training visits. For the first year of such a lifestyle, I lost 30 kg, and the next year - another 10 kg.

#### **What was the biggest difficulty of the first three months?**

To find enough reasons to love the discomfort created by exercises, to love a new healthy diet, to practice cardio at least three times a week, and of course to love that there are no sweet, flour, alcohol or other products in your life that negatively affects your body. Love yourself with your new lifestyle.

For many people, the most difficult step is to find these reasons... If a person has not found the motivation to change his way of life, to leave the comfort zone, and then it means that he is ok with it. A person manages to make the first step, when he feels that something is wrong in his life, when life puts him an ultimatum. In my case, it was a health problem.

Then the question of the will power arises. It is difficult to say whether this quality is innate or acquired because of specific actions and steps, but the idea is that this quality must be present if the person really wants major changes.

#### **What to do if there is only desire, not a strong will?**

It is necessary to take a number of very concrete steps to help you. For example, change the social circle, if you return to the old bad habits; communicate with those who share your new values. Change your habits, for example, instead of magazines about cars or social life, study magazines about healthy eating. Take a personal training for a longer period because there is no better motivation than money. Find an instructor that can be your moral support, find a true motivator. The personal



coach will call you before each training, and will take care that you regularly visit the gym.

At the initial stage, the path to a new YOU, is like learning to walk again. It is very difficult, but when you learn how to do it, you will walk with more confidence. You will not think how you do it, but you will know for sure why you are doing it.

#### **The first steps are the most difficult.**

#### **What helped you in particular to make the first steps to a new life?**

I imagined my new look. I became a creator for myself and I imagined how I wanted to be. I have viewed it to the smallest details, even the clothes I will wear and the places I will visit. This new image must be treated very carefully; it must be loved, admired and of course cherished.

However, this is not all. Once you have achieved the desired results, the hardest part comes. You will ask yourself, well, I have become the way I wanted. What is next? The answer is self-love. You have to understand very well that the way you want to become, it is not for someone else but it is just for you. Maintaining your new form, the new lifestyle, and the new habits turns out to be more difficult than the first steps. At this stage, it is necessary to find motivation at a different level; you will need a deeper motivation.

#### **How can we find this deep motivation?**

Ask yourself: why do you want to be different? Then ask a more difficult question, why do not you want to be different? In this way, you will identify the reasons that prevent you from changes and of course, you need to reflect more often on them. Without this detailed analysis, nothing will happen. It is like looking at you in the mirror in the morning and wondering if you like your reflection or not.

Answering these questions will surely lead you to your weaknesses. Moreover, with the identification of weaknesses, you will find many ways to work with them and gradually become stronger than them. In addition, when all these conditions are met, enormous changes will occur. You will love and admire yourself, by creating a new personality; you will not want to return to the old one...

# **WORK HARDER for *better you***



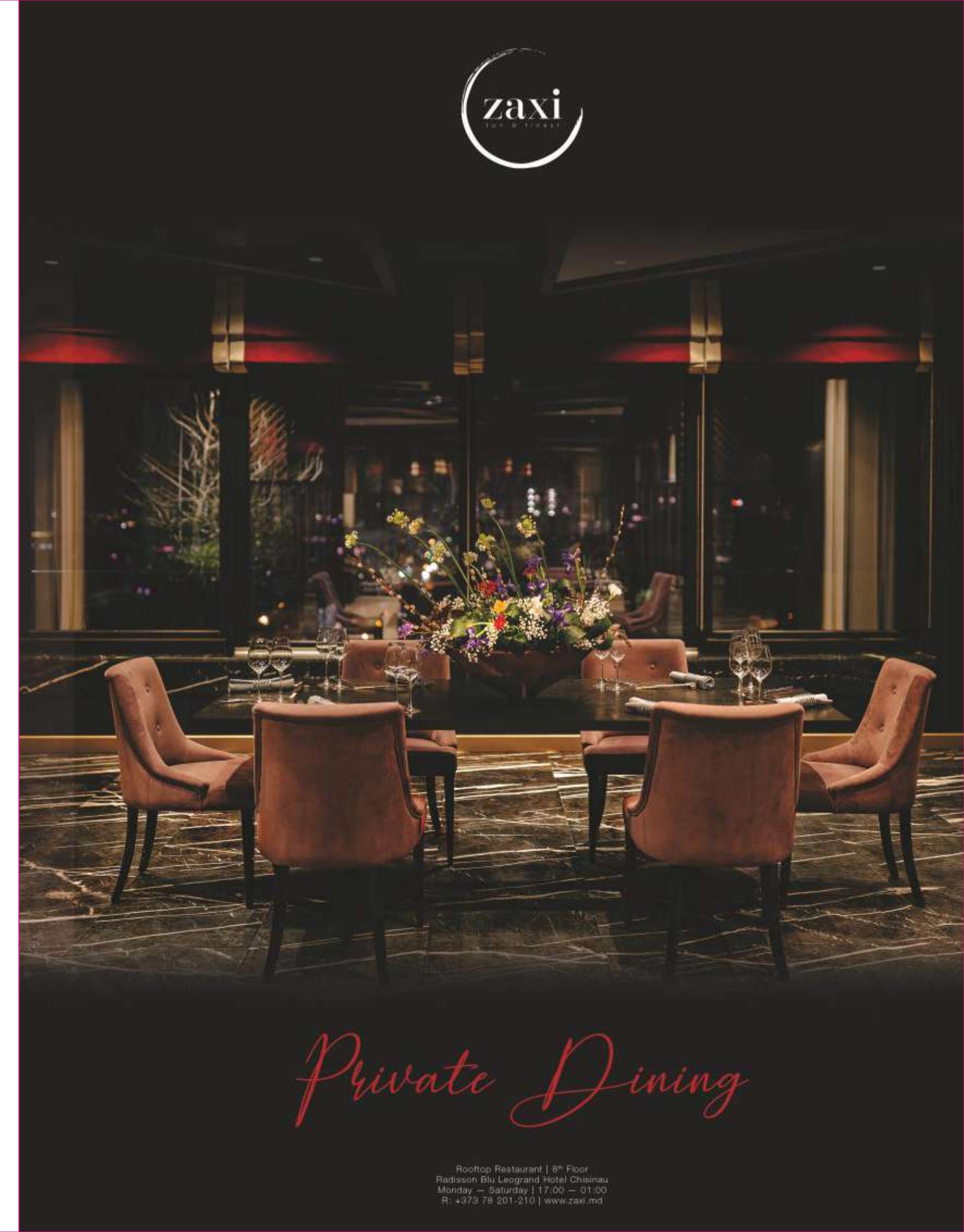
# FASHION



## Весенние тенденции от **Лоры Зуевой**

Каждый год весна приходит вместе с желанием перебрать свой гардероб, отложить ненужное, оставить актуальное и приобрести что-то новое.

Чтобы в итоге ваш весенний образ получился стильным, красивым и удобным, о самых последних тенденциях рассказывает известный имиджмейкер-стилист – **Лора Зуева**.



*Private Dining*

Rooftop Restaurant | 6<sup>th</sup> Floor  
Radisson Blu Le Grand Hotel Chisinau  
Monday – Saturday | 17:00 – 01:00  
R: +373 78 201-210 | [www.zaxi.md](http://www.zaxi.md)

## Пальто

Этой весной актуальны нежные весенние цвета пальто с удобным запахом. Это могут быть цвета: кэмел, небесно-голубой, бежевый, оливковый. Остаются в моде пальто оверсайз. Предпочтения также отдаются более светлым оттенкам.



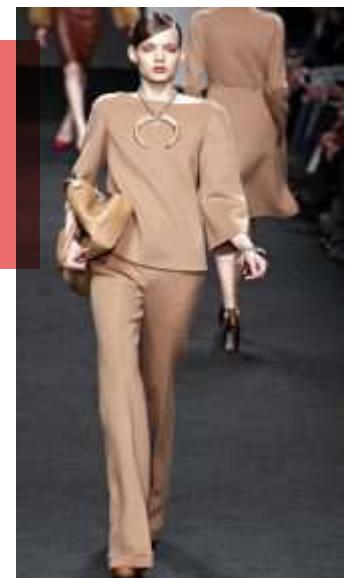
## Красный

Один из самых модных цветов этого сезона – красный. Он присутствует практически везде.



## Брючный костюм

Повальная тенденция на брючные костюмы и пиджаки как будто с мужского плеча. Пиджаки можно носить не только с брюками, но и с джинсами на высокой талии, юбками или платьями цветочного принта. Также дизайнеры предлагают носить объемные пиджаки с велосипедками, это такие укороченные шорты.



## Монохромность

В этом сезоне модна монохромность в образе. Total look одного цвета.



## Дэним

Актуален total look из денима разных оттенков, но предпочтение отдается дениму темно-синего цвета с прострочкой. Самой хитовой вещью будет комбинезон из темного денима, но и джинсы-юбки тоже будут делать образ модным.



## Тренч

В нашей стране период между зимой и весной быстрый, поэтому можно сразу присматривать тренчи, плащи, как правило, двубортные. Укороченные или удлиненные, не принципиально, зависит только от вкусовых предпочтений каждого. Самый широкий выбор предлагают, как брендовые марки, так и масс-маркет.



Актуальные принты для платьев и юбок в этом сезоне это – горох, анималистический принт, цветочные. Можно и нужно сочетать с верхней одеждой.

Идеальная пара для романтичного платья – это тренч, джинсовка и кожаная куртка.



## Пышные рукава

Этой весной актуальны пышные рукава из 80-90-х годов практически во всем, в пальто, в кожаных платьях, блузах.



## Клеши

В этом сезоне в очень многих коллекциях представлены брюки и джинсы клеш.



## Клетка

Клетка продолжает уверенно занимать свои позиции.

## Спорт шик

Остается в моде спорт шик, который давно занял позицию удобного тренда. Образ будет смотреться более актуальным, если к нему добавить что-то из пластика: аксессуары, обувь или кепку.

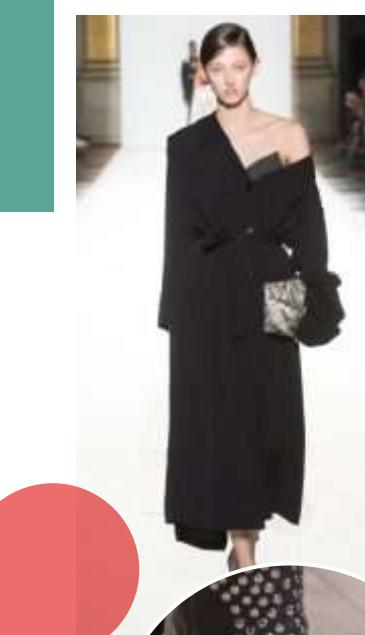


## Плиссе

Плиссированные юбки разных цветов и тканей. Их можно носить с футболкой, водолазкой, рубашкой. К этому образу можно добавить пиджак и на талии затянуть ремнем.

## Асимметрия

В практически каждой представленной коллекции этого сезона большое внимание уделяется асимметрии. Дизайнеры предлагают блузки, рубашки, пиджаки на одно плечо, также асимметричные разрезы на юбках.



## Казаки

Что касается обуви, фаворит сезона – казаки самой разной формы. Главное, правильно подобрать по ноге, чтобы было удобно.

# TRENDS



## Богемный шик

Свои позиции сохранил богемный шик – длинные платья в пол из шифона можно дополнить джинсовой или кожаной курткой, можно плащом, что придаст образу немного романтики.



## Очки

Весной без очков никуда. Актуальны узкие очки, очки-кошечки, очки-маски совершенно разных цветов, как классических, так и ярких, розовые, голубые, оранжевые.

## Контрасты

Любые контрасты делают образ интереснее, а четкое соблюдение правил приводит к скуче. Дорогие статусные сумки прекрасно сочетаются с базовыми конверсами, винтажные джинсы – со сложными дизайнерскими жакетами, а простая белая футболка выручит, вообще, в любой ситуации.



## Много слоиность

Многослойность по-прежнему остается важной модной тенденцией. Некоторые дизайнеры так увлеклись ее созданием, что на девушек-моделей надевают сразу несколько предметов одежды.



## Важно!

Во время сезонного шоппинга не забудьте самое главное правило: Выбирайте и носите то, что Вам идет. Это всегда в моде!

# AQUA TERRA

HOTEL & SPA



FROM 145 €



## ROMANTIC RETREAT

Savorați împreună cu persoana dragă o experiență de neuitat la Aquaterra Hotel & SPA, care includ două masaje cu acces nelimitat în SPA, sala de fitness și bazin. Pentru a crea atmosferă necesară, în cameră Vă va aștepta o sticlă de vin spumant și un set assorti de bomboane RAW la sosire.

În prețul pachetului «Romantic Retreat» este inclus:

- O noapte în hotel pentru două persoane
- O sticlă de şampanie cu un set de bomboane RAW
- Masaj relaxant pentru două persoane
- Cina romantică în cameră pentru doi
- Mic dejun în cameră
- Acces nelimitat în SPA
- Acces gratuit în sala de forță și în bazin
- 10% reducere la toate serviciile complementare

В стоимость пакета «Romantic Retreat» входит:

- Ночь в отеле на двоих
- Бутылка шампанского и ассорти из конфет RAW
- Расслабляющий массаж для двоих
- Романтический ужин на двоих
- Завтрак в постель
- Безлимитный доступ к СПА
- Бесплатный доступ в тренажерный зал и бассейн
- Скидка в 10% на все дополнительные услуги

Whisk your loved one away to Aquaterra Hotel & SPA, including free in-room breakfast, unlimited SPA experience, and fitness access, massages and 10% further discount rates for all the additional services. To set the scene, we'll also treat you to a chilled bottle of champagne and tempting RAW candies assortment in your room on arrival.

Romantic Retreat at Aquaterra Hotel & SPA includes:

- Luxury accommodation for two
- A relaxing massage for 2 persons
- Welcome bottle of sparkling wine & a tempting assortment of RAW candies
- Free in-room breakfast
- Romantic in-room dinner for two
- Unlimited SPA experience
- Free access to the gym and swimming pool
- A 10% discount rate to all the additional services



# FASHION

# TRENDS



## Tendințele de primăvară ale Lorei Zueva

În fiecare an, odată cu venirea primăverii vine și dorința de a schimba garderoba, de a pune deoparte hainele inutile, de a lăsa cele actuale și desigur, de a cumpăra ceva nou. Iar ca la final, să obțineți un aspect de primăvară elegant, frumos și confortabil, cunoscuta stilistă - Lora Zueva ne va povesti despre ultimele tendințe ale modei.

### Paltonul

În această primăvară sunt în vogă culorile delicate de primăvară cu o adiere de comoditate. Acestea pot fi de culorile: camel, albastrul ceresc, bej, măsliniu. Paltoanele elegante oversize rămân în modă. Preferințele sunt, de asemenea, pentru nuanțe mai deschise.



### Trench-ul

În țara noastră, perioada dintre iarnă și primăvară este scurtă, astfel ar trebui să aveți mereu la indemână un trench.

Această piesă atemporală în orice garderobă își reia în fiecare an rolul de a completa ținutele și o face ca de obicei, cu stil! Scurte sau lungi, depinde doar de preferințele fiecărui. Noutatea acestui sezon constă în diversitatea modelelor pe care le avem la dispoziție pentru a traversa zilele de primăvară.

### Rosul

Una dintre cele mai la modă culori al acestui sezon este roșu. El este prezent aproape pretoutindeni. Roșul a fost și va fi culoarea care întoarce privirile în ceea ce privește ținutele sau accesoriile. Este acea culoare sexy și interzisă care a reușit să revină și să se reinventeze întotdeauna.

### Denimul

Denimul va fi iar în tendințe, mai ales purtat din cap până-n picioare. Combinăția de denim perfectă este formată din cămașă denim, blugi denim și jachetă denim. Iar o ținută ultra modernă ar fi salopetele din denim de culoare închisă. Fustele din denim, la fel vor crea un look stilat și la modă.



### Costume de dame

Frumoasele costume de afaceri de sex feminin cu pantaloni, continuă să fie o opțiune practică și versatilă pentru orice ocazie din viața unei femei, oferindu-i nu numai un look perfect, dar și să se simtă bine. Sacourile pot fi purtate nu numai cu pantaloni, ci și cu blugi cu talie înaltă, fuste sau Rochii cu imprimerii florale.

De asemenea, designerii ne propun sacouri oversize combinate cu șorțuri, asemănătoare cu cele de ciclism.



### Mono croma tica

În acest sezon se poartă ținutele monocromatice. Total look de aceeași culoare.

## Rochii

Rochile, fustițele cu print floral și buline sunt și ele la modă în acest an. Ele pot fi purtate cu paltoane, trench-uri, sau cu o geacă din piele sau denim. De asemenea, rochile cu imprimeu animal print ocupă tot spațiul liber. Trebuie doar să decideți unde să punеți accentul. Designerii sugerează să creăm un look monochromatic de animal print, însă pentru viață de zi cu zi acest pas este prea îndrăzneț și foarte extravagant. Pe când câteva accesorii nu vor afecta imaginea Dvs. Puteti alege o curea, o eșarfă sau pantofi.



## Asimetria

În aproape toate colecțiile prezentate în acest sezon, o atenție sporită este acordată asimetriei. Designerii oferă bluze, cămași, jachete pe un umăr și tăieturi asimetrice pe fuste



## Mânci bufante

În această primăvară sunt la modă mâncile bufante ale anilor 80-90, fiind prezente în aproape toate piesele vestimentare: paltoane, rochii de piele, bluze.

## Carourile

Trecând de la un sezon la altul, imprimeul în carouri nu pierde credibilitatea, ci își consolidează poziția în topul tendințelor modei.



## Fustele plisate

Fuste plisate de diferite culori și țesături. Acestea pot fi purtate cu un tricou, cu o maletă cu guler înalt sau cu o cămașă. La această imagine, puteți adăuga un sacou și o curea din piele.



## Pantalonii evazati

Pantalonii evazați rămân în tendințe și în acest sezon. Astăzi, în lumea modei sunt disponibili o varietate imensă de pantaloni evazați. Lider este cloșul care pornește de la genunchi însă în colecțiile de designeri, des pot fi văzuți și pantaloni cu cloș de la șolduri.

## Bohemian chic

Rochia sau fusta lungă până în pământ este piesa de bază al unei ținute boho chic. Colorate, cu pom-pomuri, imprimeuri sau din dantelă, toate ne transpun în viață nomadă de altădată, fiind completeate cu un sacou denim sau de piele sau cu un trench impermeabil, astfel veți adăuga o notă de romanticism.



## Sport chic

Stilul sport chic rămâne actual și la modă în orice moment, de aceea este o bază fiabilă pentru experimentele îndrăznețe. Combinând hainele stricte, deseori de birou, cu cele sport și ultramoderne, poți obține o ținută dinamică și originală. Această abordare creativă este potrivită pentru cei care nu acceptă outfituri de-a gata și sunt mereu în pas cu moda. Imaginea va arăta mai relevantă dacă adăugați ceva din plastic: accesorii, încălțăminte sau chipiuri.



## Contrastele

Orice contrast face imaginea mai interesantă, iar respectarea strictă a regulilor duce la plăcileală. Astfel, gențile scumpe de brand pot fi combinate cu încălțaminte "converse", blugii vintage - cu sacouri de design sofisticate iar, un simplu tricou alb mereu salvează orice situație.



## Layering

Peste o rochie, o cămașă, peste cămașă, o vestă, peste vestă, o jachetă, peste jachetă, o altă jachetă, iar peste toate acestea mai poți adăuga un palton. Garantat, vei fi declarată o regină neîncoronată a styling-ului.

## Cazacii

În ceea ce privește încălțăminte, favoritul sezonului sunt cazaciile de cele mai variate forme. Principalul lucru, este să vă fie comod.

## Ochelarii

Tendința pentru ochelari înguști s-a afirmat puternic în sezonul trecut, așa că dacă ați găsit un trofeu la modă încă pe atunci – atunci nu-i dați drumul să plece! Purtăți ochelarii înguști sub eșarfe în stilul anilor șaizeci și pălării trilby. În această toamnă, popularitatea câștiga și forma ascuțită ochi de pisică ("cat eye"), cu toate acestea, ghidul principal ar trebui să fie forma feței.

**Iar cel mai Principal!**  
sfat este că odată cu sosirea primăverii, trebuie să fiți voi înșivă și să purtați hainele care vi se potrivesc!

# FASHION

# TRENDS

## Lora Zueva's Spring Trends

Every year, with the coming of the spring comes the desire to change the wardrobe, to put aside unnecessary clothes, to leave the current ones and, of course, to buy something new. How to get a stylish, beautiful and comfortable spring look, the well-known stylist - Lora Zueva will tell us about the latest trends in fashion.



### Overcoats

This spring, the delicate colors are in vogue: camel, celestial blue, beige, and olive.

Elegant oversized overcoats remain fashionable as well. The preferences are also for lighter shades.



### Trench coat

In our country, the period between winter and spring is short, so you should always have a trench coat. They are the perfect transitional coat: easy to wear with anything you already own, not strictly seasonal, great for layering according to the forecast. In addition, trench coats are infinitely versatile, looking just as good with sneakers as they do with your work heels. Short or long, depends only on the preferences of each person.

### Red

One of the most fashionable colors of this season is red. He is present almost everywhere. Red was and will be the color that attracts the attention in terms of clothing or accessories. It is that sexy and forbidden color that always reinvents itself.



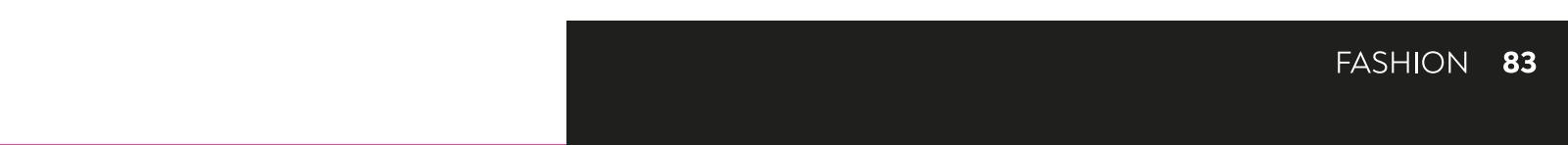
### Costumes for women

Beautiful female business suits with trousers continue to be a practical and versatile option for any occasion in a woman's life, not only giving her a perfect look but also a good comfy feeling. The jackets can be worn not only with trousers, but also with high waist jeans, skirts or floral print dresses. Designers also propose oversize jackets combined with shorts, similar to those for cycling.



### Mono chromatic

This is the season with monochromatic outfits. Total look with the same color.



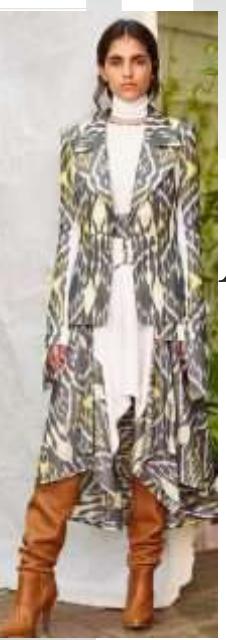
### Denim

The denim will be back in trend, especially from head to toe. The perfect denim combination is made up of denim shirt, denim jeans and denim jacket. And an ultra-modern outfit would be dark-colored denim overalls. The denim skirts will also create a stylish and fashionable look.

# FASHION

## Dresses

Gowns with floral prints and polka dots are also trendy this year. They can be worn with coats, trenches, or with a leather or denim jacket. Also, the animal print dresses occupy a special place in the wardrobe. You just have to decide where to put the accent. Designers suggest creating a monochromatic look of animal print, but for everyday life this step can be very extravagant. While some accessories with animal print, will not affect your image. You can choose a belt, a scarf or a pair of shoes.



## Asymmetry

One of the hottest trends for this season is the asymmetry. In almost all collections presented this season, increased attention is paid to asymmetry. Designers offer from shifted triangle sandals to one-shoulder-baring tanks, blouses, shirts to asymmetrical cuts on skirts. This trend says a lot more about your personality than any style that has come before.



## Puff/balloon sleeves

In this spring, the puff/balloon sleeves of the 80-90s are in fashion, as well are being present in almost all pieces of clothing: coats, leather dresses, blouses. This unique sleeve plays with proportion in a way that's different to all the other statement sleeves, which is why you need it. The voluminous design looks particularly great when paired with a fitted bodice and worn with cropped, straight or wide-leg pants.



## Pleated skirt

Pleated skirts of different colors and fabrics. These can be worn with a t-shirt, a long neck sweater or a shirt. You can add a jacket and a leather belt to this image.



## Flared pants

Flares are officially on trend now. It is great that many designer collections feature this trendy silhouette in their recent runways and look books. There are plenty of colors, prints and fabrics to try. As well, there are thousands of awesome ways how to style flared pants. You can pair them with both tight and loose tops, go for tucked or half tucked fluid T-shirt tops, cashmere sweaters or light semi-sheer shirts. Everything depends on your pants fabric. If it is crepe silk pants then you might try them with casual and formal tops, like a plain white shirt or a loose cashmere sweater.



## Plaid

Classic plaid never really goes away, but it's having a major fashion moment this season. The iconic pattern, popular with punks, royals and preps, was seen all over the runways in everything from chic tartan and windowpane check coats and skirts to amped-up versions in electric blue, yellow and purple. The plaid print does not lose its credibility, but consolidates its position in the fashion trends.



# TRENDS

## Bohemian chic

The long dresses or long skirts is the basic piece of a bohemian style. Boho chic is one of our all-time favorite style vibes, but it can be tricky to pull off. A great maxi skirt will be a piece that you turn to over and over again when crafting cool bohemian outfits. The best ones are simple, solid-colored, and not too poofy as they are the easiest to build outfits from. For a quick and comfortable outdoor ensemble, wear a maxi skirt with a solid-colored V-neck and a floppy sun hat. As well, try a denim vest with a printed maxi dress to make it a bit more casual. Add a distressed sweater to turn the dress into a skirt. Finish it with ankle boots.



## Cossacks

In terms of footwear, the season's favorites are the comfortable Cossacks of the most varied forms.

## Sport chic

Mixing elegant and athletic pieces (we call it sporty chic) has really made a comeback this year. What's great about this trend is it's completely comfortable without looking sloppy. These ensembles look best with simple, sleek pieces — a pair of skinny jeans and a graphic tee ensure an effortless feel. The designers loves this style for its versatility: on a busy day, you can wear Old Navy ankle jeans with sneakers when running around town for errands, and then slip on a pair of pumps for a coffee meeting later. In this way, you can get a dynamic and original outfit. This creative approach is suited for those who do not accept ready-made outfits and are always in step with fashion. The image will look better if you add some plastic accessories.



## Contrasts

Any contrasts make the image more interesting, and strict adherence to the rules leads to boredom. Thus, expensive branded bags can be combined with "converse" shoes, vintage jeans - with sophisticated design jackets and a simple white T-shirt always saves any situation.



## Layering

Over a dress, a shirt, over a shirt, a vest, other a vest, a jacket, and above all you can add one coat. Guaranteed, you will be declared the queen of styling and fashion.



And as a conclusion to everything mentioned above, the main tip is that with the arrival of spring, you have to be yourself and wear the clothes that suit you!

## Sun glasses

These cute accessories will upgrade your outfits, while protecting your gorgeous face from the sun. Narrow frames with extended rectangle lens are a new cool girl favorite that you will be seeing plenty of in the months ahead. These futuristic sunglasses may not offer as much sun coverage as other styles, but that is not really the point. They are a trendy accessory that is meant to let others know that you are up to the minute on the trends. As well, the new, skinny cat eye style features sleek temples that taper to a point. Whether the lenses are opaque, or clear to reveal your eyes, they are absolutely fashionable.

# Олеся Дьякова

## Когда клуб меняет твое представление об образе жизни



### Это любовь с первого посещения

**Олеся, сколько лет вы являетесь членом клуба «Aquaterra Wellness & Spa»?**

Сего открытия, почти пять лет.

**До этого вы занимались спортом?**

До этого я ходила в различные клубы, но таким образом, что покупала годовой абонемент, посещала тренировки несколько раз в год, абонемент заканчивался, и я переходила в другой клуб. Мне все время в этих клубах как будто чего-то не хватало. Поэтому спорт меня особо не увлекал, мне он был просто неинтересен. А потом я попала в «Aquaterra Wellness & Spa» и все сложилось.

**Что в этом клубе вам больше всего понравилось?**

Это любовь с первого посещения. «Aquaterra Wellness & Spa» – потрясающий клуб, идеально спроектирован, с достаточным пространством, с лучшими тренажерами, удобной инфраструктурой. Там есть все, что мне может быть нужно – Spa, салон красоты, кафе со здоровой едой. А самое главное – это уникальная атмосфера клуба, начиная с рецепции, заканчивая залом, где все работники очень приветливые, и в целом, команда очень удачно подобрена.

Таких клубов очень мало не только в Молдове, но и за рубежом, потому что я жила в разных странах и видела, какие там клубы.

**Как часто вы посещаете клуб?**

Я могу сказать, что «Aquaterra Wellness & Spa» – это мой третий дом. Первые два года я туда ходила каждый день и была, наверное, самым частым клиентом клуба. Сейчас я хожу 3-4 раза в неделю. Если в силу каких-то причин я пропускаю неделю, то сразу по-другому себя чувствую.

**Через какое время, вы почувствовали первые изменения?**

Где-то полгода ушло на то, чтобы я втянулась в спорт и полюбила его. Я была совсем новичком, не знала, с какого боку подойти к тренажеру и что с ним делать. Но мне настолько нравилась атмосфера клуба, что я достаточно быстро втянулась. До этого я когда-то слышала, что спорт – это удовольствие, но пока сама не втянешься, не поймешь истинное значение этих слов. Сейчас я получаю удовольствие от самого процесса, и хожу на тренировки не только потому, что хочу быть в форме, но и потому что от спорта я получаю необходимую энергию и прилив сил. И это осознание изменило все мое представление об образе жизни в целом.

**Как именно?**

Сначала постепенно, а потом все больше меня стала увлекать тема здорового питания, стали интересовать технические подробности тренировок, даже прошла несколько специализированных курсов и тренингов. Стала, в целом, следить за тенденциями касательно здорового образа жизни. Сначала ты меняешься внешне, и внутренне, а потом меняется и твое состояние. Ты становишься более легким, более бодрым, более энергичным, совершенно по-другому чувствуешь свое тело.

**За все то время, когда спорт стал частью вашего образа жизни, какое осознание вы считаете главным?**

В глобальном смысле, понимание того, как важно здоровье в нашей жизни. Большинство наших людей воспринимают болезни в возрасте, как норму. Но это не так. Если мы посмотрим на тех же европейцев, которые активно занимаются спортом и внимательны к тому, что едят, то увидим результат на лице.

**Поделитесь универсальным советом, как полюбить спорт?**

Первое – выбрать то, что тебе по душе. Из множества направлений, которые сегодня предлагает спорт, нужно выбрать то направление, которое подойдет именно тебе. Например, если любишь танцевать, можно начать с танцев. Главное, сразу не перебарщивать и не изнурять себя тренировками, а стараться слушать свой организм и быть в балансе с собой. Для этого можно взять персонального тренера, который ответит на все вопросы, как именно, лучше всего добиться желаемого результата.

Но самое главное, чтобы полюбить спорт, нужно поверить в то, что это нужно не для кого-то, а только для самого себя.



**Olesea DIACOVĂ**

**Atunci când clubul îți schimbă idea despre modul de viață**

## *Dragostea de la prima vizită*

**Olesea, de câți ani sunteți membru al clubului Aquaterra Wellness & Spa?**

De la deschiderea sa, aproape cinci ani.

**Până la Aquaterra, ați practicat sportul?**

Până la Aquaterra am mers în diferite cluburi, de obicei cumpăram un abonament anual, și mergeam doar de câteva ori pe an, după abonamentul se încheia și mergeam deja la un alt club. Mereu am considerat că în acele cluburi lipsea ceva. Prin urmare, sportul nu a fost deosebit de fascinant pentru mine, nu a fost interesant pentru mine. Apoi am intrat în "Aquaterra Wellness & Spa" și toate s-au schimbat.

**Ce v-a plăcut cel mai mult la acest club?**

Aquaterra este dragostea de la prima vizită. Aquaterra Wellness & Spa este un club uimitor, conceput ideal, cu spațiu amplu, cu cele mai bune echipamente de exerciții, cu o infrastructură extraordinară. Are tot de ceea ce am nevoie - spa, salon de frumusețe, cafenea cu mâncare sănătoasă. Si cel mai important lucru este atmosfera unică a clubului, începând de la recepție, terminând cu sala de forță în care toți angajații sunt foarte prietenoși și, în general, echipa este foarte bine aleasă.

Sunt foarte puține astfel de cluburi nu numai în Moldova, dar și în străinătate, deoarece am trăit în diferite țări și am văzut și cunosc ce cluburi au.

**Cât de des vizitați clubul?**

Pot spune că Aquaterra Wellness & Spa este a treia mea casă. În primii doi ani frecventam clubul în fiecare zi și am fost probabil cel mai frecvent client al clubului. Acum mă duc de 3-4 ori pe săptămână. Dacă, dintr-un motiv oarecare, lipsesc o săptămână, imediat mă simt altfel.

### **Când ați simțit primele schimbări?**

Mi-a trebuit undeva jumătate de an să mă implic în sport, să-l iubesc și să mă dedic trup și suflet. Eram novice în lucrurile astea, nu știam din ce direcție să mă apropii de echipament și ce să fac cu el. Dar mi-a plăcut atmosfera clubului atât de mult încât m-am implicat repede. În trecut, am auzit odată că sportul este o plăcere, dar până când nu te implici singur, nu vei înțelege adevaratul sens al acestor cuvinte. Acum mă bucur de procesul în sine și mă duc la antrenamente nu numai pentru că vreau să fiu în formă, ci și pentru că obțin forță și energia necesară. Si anume acest concept a schimbat toate ideile mele despre stilul de viață în general.

### **Cum anume?**

La început, treptat, și apoi din ce în ce mai mult, am devenit fascinată de tema nutriției sănătoase, am devenit interesată de detaliile tehnice ale antrenamentului, chiar am trecut prin mai multe cursuri și seminare specializate. În general, am început să urmez tendințele unui stil de viață sănătos.

În primul rând, vă schimbați pe plan extern și intern, iar apoi și starea dvs. se schimbă. Voi deveniți mai ușori, mai energici, vă simțiți corpul într-un mod complet diferit.

### **De când sportul a devenit o parte a stilului Dvs. de viață, care este cel mai important lucru pe care l-ați conștientizat?**

Într-un sens global, am realizat cât de importantă este sănătatea în viața noastră. Majoritatea oamenilor noștri percep boala la bâtrânețe ca pe o normalitate. Dar nu este aşa. Dacă ne uităm la aceiași europeni care sunt implicați activ în sport și sunt atenți la ceea ce mănâncă, vom vedea rezultatul pe față.

### **Dați-ne un sfat universal cum să îndrăgim sportul?**

În primul rând este să alegi ceea ce îți place. Dintre numeroasele direcții care ne oferă astăzi sportul, trebuie să alegeți direcția potrivită pentru dvs. De exemplu, dacă vă place să dansați, puteți începe cu dansul. Principalul lucru, este să nu exagerați și să nu vă epuizați cu antrenamente, ci să încercați să ascultați corpul și să fiți în echilibru cu voi însivă. Pentru a face acest lucru, puteți lua un antrenor personal care va răspunde la toate întrebările Dvs. referitoare la cum să obțineți rezultatul dorit.

Dar cel mai important lucru este să iubiti sportul, trebuie să conștientizați că această activitate este necesară nu pentru cineva, ci doar pentru Dvs.

# Olesea DIACOVА

## *Love from my first visit*

**Olesea, could you please tell us,  
for how many years you are a member  
of the Aquaterra Wellness & Spa Club?**

Since its opening, approximately five years.

**Did you practice sports before that?**

Before Aquaterra I went to different clubs, I usually have been buying an annual subscription, and have been only a few times a year, and when the subscription was over, I moved to another club. I always thought that in those clubs was something missing. Therefore, the sport was not particularly fascinating to me, I was not interested in it. Then I went into Aquaterra Wellness & Spa and everything changed.

**What did you like most about this club?**

Aquaterra is love from my first visit. Aquaterra Wellness & Spa is an amazing, ideally designed, ample club with the finest exercise equipment and with an extraordinary infrastructure. It has everything I need - spa, beauty salon, healthy cafe. And the most important thing is the unique atmosphere of the club, starting from the reception, ending with the gym in which all employees are very friendly and, in general, the team is very well chosen.

There are a few such clubs not only in Moldova but also abroad, because I have lived in different countries and have seen what kind of clubs they have.

**How often do you visit the club?**

I can say Aquaterra Wellness & Spa is my third home. In the first two years I attended the club every day and I was probably the most frequent customer of the club. Now I'm going 3-4 times a week. If, for some reason, I miss a week, I immediately feel different.



**When did you feel the first changes?**

It took me half a year to engage in sports, to love and to dedicate myself for 100%. I was a novice in these things, I did not know from which side to approach to the equipment and what to do with it. But I enjoyed the club's atmosphere so much that I got involved quickly. In the past, once I've heard that sport is a pleasure, but first, you need to be involved in this process, after you will understand the true meaning of these words. Now, I am enjoying the process and I am going to the training not only because I want to be in shape, but also because I get the needed strength and the energy. This concept has changed all my ideas about lifestyle in general.

**In which way?**

At first, gradually, and then more and more, I became fascinated with the theme of healthy nutrition, became interested in the technical details of the training, I even went through several specialized courses and seminars. Generally, I started to follow the trends of a healthy lifestyle.

First, you change internally and externally, and then your entire state changes. You become lighter, more energetic, you feel your body in a completely different way.

**Since sport has become a part of your lifestyle, which is the most important thing that you realized?**

In a global sense, I have realized how important our health is in our lives. Most of our people perceive old-age disease as a standard. But it's wrong. If we look at the same Europeans who are actively involved in sports and are mindful of what they eat, we will see their great results.

**Give us a universal advice on how to love sports?**

First is to choose what you like. Of the many directions that sport offers today, you have to choose the right direction for you. For example, if you like to dance, you can start dancing. The main thing is not to exaggerate or exhaust yourself with trainings but to try to listen and feel your body and to be in balance with yourself. As well, is very important to take a personal trainer who will answer all your questions about how to get the desired result.

But the most important thing is to love sports, you need to realize that this activity is necessary for you, not for someone else.



## OASIS APARTMENTS — новая достопримечательность Молдовы

*OASIS - флагманский проект строительной компании Eldorado Terra, в котором собрано все лучшее из опыта работы на протяжении 16 лет.*

Строительная компания Eldorado Terra зарекомендовала себя как надёжный и добросовестный застройщик. Все её проекты – всегда нечто новаторское как в строительстве, так и в особых условиях для жильцов.

Благодаря многолетнему опыту в строительстве уникальных жилых комплексов, Eldorado Terra создали лучшую в Молдове премиальную сеть спортивных клубов Aquaterra, уникальный детский сад Star Kids, который за год своего существования стал №1 в Кишиневе, а также первую в стране спортивную школу для детей Aquaterra Sport School.

OASIS – жилой комплекс в центре Рышкановки, где есть все что необходимо для вашего комфорта. Проект был создан при активном участии известного украинского архитектора Юрия Беликова.

**ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС OASIS ПОЛНОСТЬЮ  
СООТВЕТСТВУЕТ ЕВРОПЕЙСКИМ СТАНДАРТАМ.**

## ПРЕИМУЩЕСТВА ЖИЛОГО КОМПЛЕКСА OASIS

- Квартиры повышенной комфортности
- Уникальные планировки от односпальных до четырехспальных квартир
- Метраж – от 48 до 250 м<sup>2</sup>
- **Высота потолков**
  - 1 по 13-й этажи - 3 метра
  - 14- 16-й этажи - 3,20 метра
- **Уникальная инфраструктура:**
  - закрытый двор без машин и благоустроенный внутренний двор с игровой площадкой и парком площадью в 1 га в самом центре комплекса
  - система пожарной безопасности
  - ресторан
  - тренажерный зал, бассейн и уникальная зона SPA от AQUATERRA
  - центр детского развития Star Kids
  - химчистка
  - услуги клининга
  - торговый центр
  - аптека
- **Двухуровневая подземная парковка, а также охраняемая наружная**
- **Индивидуальный дизайн лобби,** площадью от 50 до 100 м<sup>2</sup> в котором находятся три лифта в каждом подъезде
- **Закрытая от посторонних территория комплекса:**
  - система контроля доступа
  - видеонаблюдение
  - система пожарной сигнализации
- **Круглосуточная охрана**
- **Профессиональный консьерж-сервис 24/7**
- **Безопасность обеспечивают 250 камер видеонаблюдения на территории комплекса**
- **Дом построен из кирпича «брекстоун»**
- **Индивидуальные отопительные котлы**
- **В стандартный ежемесячный пакет обслуживания входят услуги:**
  - уборка территории внутри и снаружи
  - круглосуточная охрана
  - услуги консьерж-сервиса 24/7
  - тренажерный зал



*ELDORADO TERRA выходит за рамки представлений о доме вашей мечты. Компания поднимает планку гораздо выше, создавая для вас лучшие проекты, аналогов которых нет в стране.*

## ИННОВАЦИОННАЯ СИСТЕМА БЕЗОПАСНОСТИ

Жилой комплекс OASIS оборудован уникальной, многоуровневой системой охраны.

Каждый подъезд – это уникальное лобби, площадью от 50 до 100 м<sup>2</sup>, с внимательным, вежливым персоналом, консьержем и охранником. Ваших гостей будет встречать консьерж, далее он свяжется с вами, сообщит о посетителях и попросит разрешения пройти к вам. Вы также сможете наблюдать за всем по камере, которая расположена рядом с консьержем.

Видеонаблюдение – это отдельный момент, который тщательно был спланирован при строительстве: 250 камер по периметру здания, на территории парка, в подъездах и лифтах.



Адрес: ул. Богдан Воевод 1  
Понедельник-пятница с 09:00 до 21:00  
Суббота с 10:00 до 17:00  
тел.: 022-87-00-00



## OASIS APARTMENTS — nouă atracție a Moldovei

*OASIS - proiectul de top al companiei de construcție Eldorado Terra, care a acumulat în sine cele mai bune rezultate din experiența de peste 16 ani.*

Compania de construcții Eldorado Terra a căpătat în timp reputația unei companii serioase și de încredere. Toate proiectele sale sunt întotdeauna inovative atât din punct de vedere tehnic, cât și din punct de vedere al condițiilor speciale pentru chiriași.

Grație experienței vaste în domeniul construcției complexelor rezidențiale unice, compania Eldorado Terra a creat cea mai populară rețea de cluburi fitness de clasă premium Aquaterra, grădiniță unică Star Kids, care din primul an de la deschidere, a devenit №1 în Chișinău și deasemenea prima școală sportivă din țară pentru copii - Aquaterra Sport School.

OASIS – complex rezidențial în centrul sectorului Rîșcani, unde găsiți totul necesar pentru confortul Dvs. Etapa de creare a proiectului a fost activ coordonată de renumitul arhitect ucrainez Iurii Belikov.

COMPLEXUL LOCATIV OASIS CORESPUNDE TOTALMENTE STANDARTELOR EUROPENE.

## AVANTAJELE COMPLEXULUI REZIDENTIAL OASIS

- Apartamente confortabile
- Design unic
- Apartamente cu una, două, trei sau patru camere
- Suprafață de la 48 până la 250 de m<sup>2</sup>
- **Înălțimea tavanelor**
  - începând cu etajul 1 până la etajul 13 – 3 metri
  - de la etajul 14 până la etajul 16 – 3,2 metri
- **Infrasctructură unică:**
  - zonă rezidențială cu acces limitat, fără mașini și cu o curte interioară complet amenajată cu teren de joacă și parc cu o suprafață de 1 ha, în centru complexului rezidențial
  - sistem anti-incendiu cu alarmă
  - restaurant
  - sală de forță, bazin și zona SPA unică, marca – AQUATERRA
  - centru de dezvoltare a copiilor Star Kids
  - servicii de curățenie chimică
  - servicii de curățenie
  - centru comercial
  - farmacie
- **Parcare subterană cu două nivele și parcare exterioară păzită**
- **Design individual** (de la 50 la 100 m<sup>2</sup>) a holurilor și trei ascensoare în fiecare bloc
- **Acces restricționat pe teritoriul complexului:**
  - sistem de control al accesului
  - supravegherea video
  - sistem de alarmă anti-incendiu
- **Securitate 24 de ore**
- **Servicii profesionale de concierge 24/7**
- **Securitatea este asigurată de cele 250 de camere de supraveghere pe teritoriul întregului complex**
- **Casa este construită din caramida "brickstone"**
- **Sisteme de încălzire autonomă**
- **Pachetul standard lunar de întreținere, include următoarele servicii:**
  - servicii de curățenie a teritoriului pe interior și exterior
  - securitate constantă
  - serviciu de concierge non-stop
  - sală de sport



## SISTEM DE SECURITATE INOVATIV

Complexul rezidențial OASIS este dotat cu un sistem unic de securitate cu mai multe nivele. Intrarea fiecărui bloc (de la 50 la 100 m<sup>2</sup>), are o recepție separată cu personal atent, politicos, serviciu de concierge și securitate. Oaspeții Dvs. vor fi întâmpinați de către concierge, care vă va contacta și informa despre vizitatori pentru a cere permisiunea Dvs. de a urca în ospeție. Veți putea monitoriza acest lucru pe camerele video, situate lângă concierge. Supravegherea video este un moment special care a fost proiectat cu atenție în timpul construcției: 250 de camere în jurul perimetrelui clădirii, în parc, la intrări și în lifturi.

*ELDORADO TERRA merge dincolo de conceptul casei de vis.*

*Compania ridică nivelul mult mai sus, creând pentru Dvs. cele mai renomate proiecte care nu au analogi în țară.*

Adresa: str. Bogdan Voievod 1  
Luni-vineri de la 09:00 la 21:00  
Sâmbătă între orele 10:00 și 17:00  
tel.: 022-87-00-00



## OASIS APARTMENTS — the new attraction of Moldova

*OASIS - Top project of the construction company Eldorado Terra, which has gathered all the best results from the experience of over 16 years.*

Construction company Eldorado Terra was established as a reliable developer. All the projects are always something innovative both in construction and in "special" conditions for tenants.

Thanks to many years of experience in constructing of unique residential complexes, Eldorado Terra has created the best in Moldova , premium hallmark of fitness clubs AQUATERRA ,a unique kindergarten Star Kids, that one year from its opening became №1 in Chisinau , and just recently the first ever sport school for children – Aquaterra Sport School.

Oasis is a residential complex, in the center of district Rishcanovka , where you will find everything that you need for your comfort. The project was created with an active participation of the famous ukrainian architect Yurii Beleacov.

RESIDENTIAL COMPLEX OASIS FULLY COMPLIES  
WITH EUROPEAN STANDARDS.

## BENEFITS OF THE RESIDENTIAL COMPLEX OASIS

- Apartments with the highest level of comfort
- The best layouts, starting from one-bedroom apartment to four bedroom apartment
- Footage starting from 48 to 250 m<sup>2</sup>
- **Height of ceilings**
  - from the 1st to 13th floor - 3 m
  - from the 14th to 16th floor -3.20 m
- **Unique infrastructure:**
  - fenced yard with no cars, well - maintained inner yard with a play area and park zone with 1 ha in the heart of the complex
  - fire alarm system
  - restaurant
  - gym, pool and unique Spa zone from AQUATERRA
  - center of early development for children Star Kids
  - dry-cleaning services
  - cleaning services
  - commercial centre
  - drugstore
- **Two-level underground parking, as well as a guarded outdoor one**
- **Unique lobby design** (starting from 50 to 100 m<sup>2</sup>) with three elevators in every block
- **Closed territory**
  - equipped with access control system
  - video surveillance
  - fire alarm system
- **24-hour security is provided**
- **Professional Concierge Service 24/7**
- **250 cameras on the territory that secure your safety**
- **The House is built of brick "Brickstone"**
- **Individual heating system**
- **The standard monthly service package includes:**
  - cleaning of the territory inside and outside
  - 24-hour security
  - concierge service 24/7
  - gym

### INNOVATIVE SECURITY SYSTEM

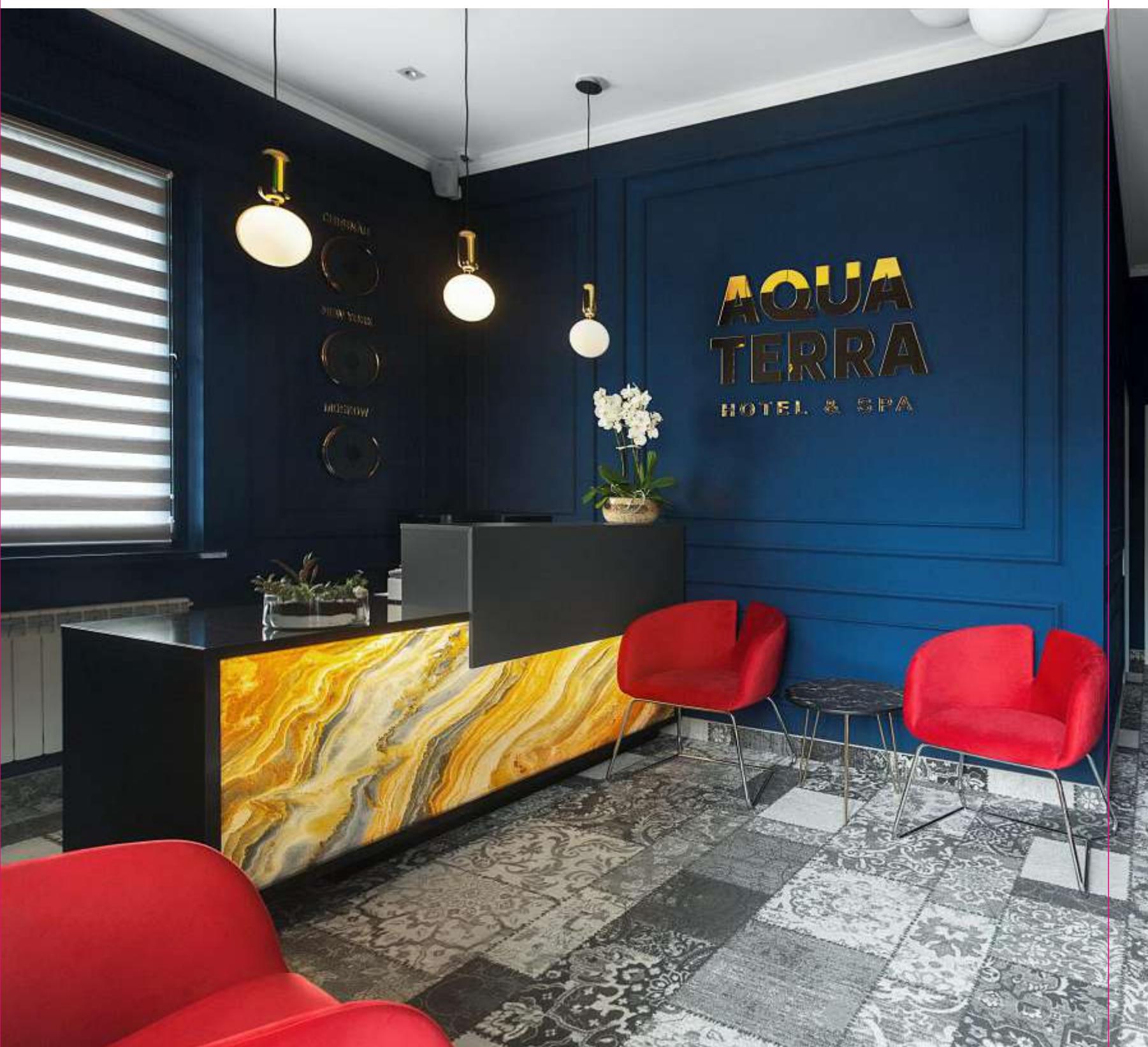
OASIS Residential Complex is equipped with a multilevel security system. Each entrance is an elegant lobby (starting from 50 to 100 m<sup>2</sup>) with attentive, polite staff, concierge and security guard. Your guests will be greeted by a concierge, then he'll contact you, inform about visitors and ask for permission to let them in. You will be able to watch everything on the camera, which is located next to the concierge. Video surveillance was carefully planned during the construction: 250 cameras around the perimeter of the building, in the park, in entrances and elevators.

*ELDORADO TERRA goes beyond of your dream house.*

*The Company creates the best projects for you, analogues of which you will never see in the whole country.*



Address: Bogdan Voievod 1  
Monday-Friday from 09:00 to 21:00  
Saturday from 10:00 to 17:00  
tel.: 022-87-00-00



## Aquaterra Hotel & Spa – ГАРМОНИЯ ВО ВСЕМ

Ежедневно вам приходится решать сложные вопросы, встречаться с бизнес-партнерами, вести важные переговоры. И если совсем не остается времени на отдых, то значит – это то самое время, когда нужно выдохнуть и расслабиться. Aquaterra Hotel & Spa станет вашим лучшим помощником в решении этой задачи.

Aquaterra Hotel & Spa — бутик-отель в стиле Business & Leisure, расположенный в географическом центре столицы, в самом большом парке Кишинэу, недалеко от озера. Отель отлично подойдет бизнесменам, которые заботятся о здоровом образе жизни и не забывают о взаимосвязи хорошего самочувствия и продуктивности в работе, а также для пар, которые мечтают отдохнуть в комфорте и, помимо этого, насладиться услугами Aquaterra Wellness & Spa. Благодаря отдыху в Aquaterra Hotel & Spa бизнесмены могут оптимизировать свое время, выполняя две задачи параллельно: заниматься оздоровлением и работать. Утром можно насладиться чистым воздухом и красивой природой во время пробежки, затем, зарядившись энергией, приступить к работе, а вечером расслабиться в СПА. Чтобы оставаться здоровым и полным сил, каждый гость отеля получает доступ к услугам Aquaterra Wellness & Spa. Вы также можете воспользоваться уникальными предложениями, представленными на сайте [www.aquaterrahotel.md](http://www.aquaterrahotel.md).

Современный уютный отель предоставляет 5 номеров трех категорий: стандарт, делюкс и апартаменты. Каждый из номеров уникален и отличается сдержаненным дизайном, воплощающим эксклюзивность и уют.

Сюда легко добраться из любой точки города, что немаловажно для людей бизнеса, у которых на счету каждая минута. А для их иностранных гостей такое расположение выгодно еще и близостью к аэропорту. Оснащение каждого номера всем необходимым способствует гармоничному отдыху и комфортному проживанию.

Отдых в отеле Aquaterra Hotel & Spa направлен на обретение физической и духовной гармонии, которая так важна в современном суевном мире. Индивидуальный стиль, эксклюзивность и отменный сервис — ключевые достоинства Aquaterra Hotel & Spa. Гостеприимный персонал, спокойная атмосфера, выгодное расположение сделают ваш отдых и деловую поездку максимально комфортными и приятными.

AQUATERRA HOTEL & SPA  
Бул. Дечебал, 6/3, Кишинэу, MD 2038,  
Республика Молдова  
Тел.: + 373 22 00 57 75  
Моб.: + 373 68 00 57 75  
[info@aquaterrahotel.md](mailto:info@aquaterrahotel.md)  
[www.aquaterrahotel.md](http://www.aquaterrahotel.md)

# Aquaterra Hotel & Spa - ARMONIE ÎN TOATE



*În fiecare zi sănăti nevoiți să rezolvați probleme dificile, să vă întâlniți cu partenerii de afaceri, să desfășurați negocieri importante. Si dacă nu găsiți timp să vă odihniți, înseamnă că este momentul în care trebuie să vă opriți și să vă relaxați.*

*Aquaterra Hotel & Spa va deveni cel mai bun asistent în această sarcină.*

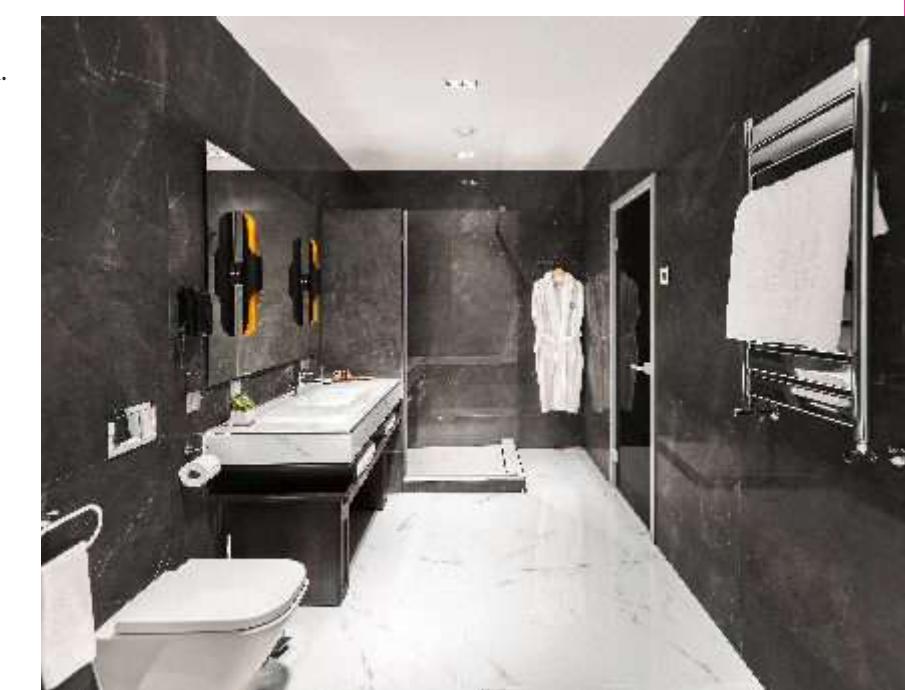
Aquaterra Hotel & Spa este un hotel de tip boutique, în stil Business & Leisure, situat în centrul geografic al capitalei, în cel mai mare parc din Chișinău, lângă lac. Hotelul este perfect pentru oamenii de afaceri care au grija de un stil de viață sănătos și nu neglijază bunăstarea și productivitatea în muncă, precum și pentru cuplurile care doresc să se relaxeze în confort și, în plus, să se bucure de serviciile vaste ale Aquaterra Wellness & Spa.

Datorită odihnei în Aquaterra Hotel & Spa, oamenii de afaceri își pot optimiza timpul efectuând concomitent două sarcini: să lucreze și să-și însănătoșească trupul. Dimineață, vă puteți bucura de aerul proaspăt și de natura frumoasă în timp ce faceți jogging, apoi, după ce vă încărcați cu energie, puteți să începeți munca, iar spre seară, să vă relaxați în SPA. Pentru a rămâne sănătoși și plini de energie, fiecare oaspete al hotelului primește acces la serviciile Aquaterra Wellness & Spa.

De asemenea, puteți profita de ofertele unice prezentate pe site-ul hotelului [www.aquatterahotel.md](http://www.aquatterahotel.md). Hotelul modern și confortabil oferă 5 camere de trei categorii: standard, deluxe și apartamente. Fiecare dintre numere sunt unice și au un design minimalist, care încorporează exclusivitate și confort.

Este ușor să ajungeți aici din orice punct al orașului, ceea ce este important pentru oamenii de afaceri care țin la fiecare minut. Și pentru oaspeții străini, un astfel de aranjament este, de asemenea, benefic datorită apropierea de aeroport. Dotarea în fiecare cameră cu tot de ce aveți nevoie contribuie la o odihnă armonioasă și o viață confortabilă.

Odihnă în Aquaterra Hotel & Spa vizează găsirea unei armonii fizice și spirituale, care este atât de importantă în lumea haotică de acum. Stil individual, exclusivitate și servicii excelente - avantaje cheie a Aquaterra Hotel & Spa. Personalul ospitalier, atmosfera liniștită, locația avantajoasă vă va face vacanță și călătoriade afaceri cât mai confortabile și mai plăcute.



**AQUATERRA HOTEL & SPA**  
Blvd. Decebal 6/3, Chișinău, MD 2038,  
Republica Moldova  
Tel: + 373 22 00 57 75  
Mobil: + 373 68 00 57 75  
[info@aquatterahotel.md](mailto:info@aquatterahotel.md)  
[www.aquatterahotel.md](http://www.aquatterahotel.md)



# Aquaterra Hotel & Spa - Harmony in everything

*In every day life you have to solve problems, meet business partners, conduct important negotiations. And if you don't have any time for yourself, all you have to do is just stop for a second, breathe out and relax. Aquaterra Hotel & SPA will be your best helper in solving this problem.*



Aquaterra Hotel & SPA – Boutique Hotel in the style of Business & Leisure, located in the geographical center of the capital in one of the biggest park in the city, near the beautiful lake. The hotel is perfect for businessmen who care about a healthy lifestyle and know how important the productivity is. Also the hotel will be a perfect option for couples who are looking for a short romantic getaway. Thanks to the rest in Aquaterra Hotel & SPA businessmen can optimize the time, performing two tasks in parallel: to be engaged in rehabilitation and work at the same time. Every morning you can enjoy the fresh air and beautiful nature around, while jogging, get recharged and than start your working day, but closer to the evening get relaxed in SPA. To stay healthy and full of strength, every hotel guest gets a free access to Aquaterra Wellness & SPA. Also you can take the advantage of the special offers presented on the official website [www.aquatterahotel.md](http://www.aquatterahotel.md)

Modern and very cozy hotel offers 5 rooms of three categories: standard, deluxe, apartments.

Every room is unique and has its own charm. The hotel is very well located, it's easy to be reached from anywhere in the city, which is important for business people. It is also very comfortable for our foreign guests as it's very close to the airport. Very well-equipped rooms provide the guest with decent rest and make the stay very harmonious. Staying in Aquaterra Hotel & SPA is aimed at gaining physical and spiritual harmony, which is so important in the modern bustling world. Individual style, exclusivity and excellent service are the key advantages of our hotel.

*Hospitable staff, calm atmosphere, advantageous location will make your rest and business trip as comfortable and pleasant as possible.*



**AQUATERRA HOTEL & SPA**  
Blvd. Decebal 6/3, Chișinău, MD 2038,  
Republica Moldova  
Tel: + 373 22 00 57 75  
Mobil: + 373 68 00 57 75  
[info@aquatterahotel.md](mailto:info@aquatterahotel.md)  
[www.aquatterahotel.md](http://www.aquatterahotel.md)

str.Ginta Latină 12/20,  
Chișinău  
tel.: (+373 22) 55 00 77  
email: info@starkids.md



*Как сказал кто-то из великих,* у детей нет ни прошлого, ни будущего, зато, в отличие от нас, взрослых, они умеют пользоваться настоящим. А вот, каким это настоящее будет, зависит только от родителей, от того, как они понимают счастливое детство, какие перспективы видят для своего чада и насколько намерены давать своим детям все самое лучшее. И если такие намерения есть, то самый надежный способ это сделать – предложить своему ребенку детство в большом увлекательном мире под названием «Aquaterra Kids».

Почему именно этот детский сад, рассказывают известные мамочки города...



# Фелиция СЫРБУ

дочь  
*Кассандра*  
2,5 лет

Дочь ходит в сад «Aquaterra Kids» только несколько месяцев, но я уже вижу результат, который очень радует.

С первого дня у нас не было никакого периода адаптации, который обычно бывает у детей, когда они впервые идут в детский сад. Кassandra в первый же день с удовольствием осталась, и я понимаю, что это результат профессиональной работы педагогов. Я вижу, как по-другому стала вести себя дочь в коллективе, более свободно, более открыто, стала более общительной. Очень нравится сбалансированное детское меню.

Не менее важно наличие врача, который следит за здоровой атмосферой в группах. В общем, детским садом мы очень довольны.



Felicia Sârbu  
fiica Cassandra,  
2,5 ani

Fiica mea merge la grădinița Aquaterra Kids de doar câteva luni, dar deja văd rezultate, ceea ce mă suprinde foarte plăcut.

Din prima zi nu am avut nici o perioadă de adaptare, care, de obicei, se întâmplă la copii când se duc pentru prima dată la grădiniță. Din prima zi, Cassandra a fost foarte fericită și realizez că acesta este rezultatul muncii profesionale a educatorilor. Eu observ cum fiica mea a început să se comporte într-un mod diferit în echipă, este mai liberă, mai deschisă, a devenit mai sociabilă. De asemenea aş vrea să menționez că apreciez mult meniul echilibrat pentru copii.

La fel de important este și prezența medicului care monitorizează continuu starea de sănătate a copiilor. În general, suntem foarte mulțumiți de grădiniță.

Felicia Sarbu  
daughter Cassandra,  
2.5 years old

My daughter goes to the Aquaterra Kids kindergarten for only a few months, but I've already seen results, which makes me very happy.

From the first day we did not have any adaptation period, which usually happens to children when they go to the kindergarten for the first time. From the first day, Cassandra was very happy and I realize that this is the result of the professional work of educators. I see my daughter behaving in a different way in the team, she is more open, she has become more sociable. Also, I would like to mention that I greatly appreciate the balanced menu for children.

As well, another important aspect is the doctor's presence who continuously monitors the health of our children. In general, we are very content with the kindergarten.





*După cum a spus un mare savant,* copiii nu au nici trecut, nici viitor, dar, spre deosebire de adulți, ei știu cum să-și trăiască prezentul. Iar cum va fi acest “prezent” depinde numai de părinți, de modul în care ei percep noțiunea de copilărie fericită, de perspectivele pe care le văd pentru copiii lor și de cât de mult intenționează să-i ofere copilor totul ce este mai bun. Și dacă există astfel de intenții, atunci cea mai sigură cale este de a oferi copilului Dvs. o copilărie într-o lume fascinantă numită Aquaterra Kids.

Iar de ce această grădiniță este specială, ne vor spune  
*faimoasele mămici ale orașului...*



# Ирина МЕЛЬНИК

## сын Натан 3 года

Для меня первый и главный аргумент в пользу садика «Aquaterra Kids» – к нему имеет непосредственное отношение Ольга Ифтодий. А я точно знаю, что все, за что берется Оля, становится самым лучшим, качественным и профессиональным на нашем рынке. Поэтому, когда пришло время Натану идти в детский сад, мы даже не рассматривали варианты, сразу знали, куда пойдем. С первого дня, как мы пошли в этот садик, не было ни дня, когда мы засомневались бы в своем выборе. Сад отличного проектирования, просторные комнаты для занятий, хорошая детская площадка, разнообразие занятий, в том числе и по физической подготовке.

Самый важный для меня момент – это, конечно, воспитательница, и по тому, насколько моему ребенку в садике комфортно, я понимаю, что и в этом случае руководство «Aquaterra Kids» очень внимательно относится к подбору специалистов, которые занимаются с детьми.

Irina Melnic  
fiul Natan,  
3 ani

Irina Melnic  
son Natan,  
3 years old

For me, the first and main argument in favor of the Aquaterra Kids kindergarten is Olga Iftodii. Because I know for sure where Olga is and everything she touches becomes something fantastic and wonderful. Absolutely everything that this person does, is at the highest level and quality on our market. So when it was time for Natan to go to kindergarten, I did not consider other options, I immediately knew where to go. From the first day, when we went to kindergarten, it was not a day when we doubted our choice. Kindergarten is well-designed, with spacious study rooms, a great playground, a variety of activities, including physical ones.

And the most important aspect for me is, of course, the educator and how comfortable my child is in the kindergarten. I certainly know that the Aquaterra Kids management is very careful when selecting specialists dealing with our children.



*As a great scholar said,* children have neither past nor future, but unlike adults, they know how to live their present. And how will be this "present" it depends only on parents, on how they perceive the notion of happy childhood, the prospects they see for their children, and how much they intend to give their children the best. And if there are such intentions, then the safest way is to give your child a childhood in a fascinating world called Aquaterra Kids.

Why this kindergarten is so special, will tell us  
*the famous mommies of the city...*



## Анастасия СТУРЗА

дочь  
*Екатерина*  
3,5 лет

С года дочка занималась индивидуально с тренером на бассейне в «Aquaterra Fitness Ciocana», и когда пришло время определяться с детским садиком, мы решили для удобства отдать поблизости к тренировкам. Очень скоро мы поняли, что не ошиблись с выбором. В первую очередь, мы в восторге от воспитательницы. Моя дочь перед уходом всегда ее целует, и я понимаю, что между ними установлен очень хороший контакт. Это позволяет мне быть спокойной в течение дня, зная, что у ребенка все хорошо. Помимо этого, я вижу, какими темпами развивается Катя абсолютно во всем. Она уже читает по слогам, танцует, поет, с удовольствием готовится к утренникам. Для меня еще важен был вопрос социализации, и в этом случае тоже никаких проблем не было. Атмосфера в группе отличная, все дети очень открытые, я вижу, как моя дочь научилась работать в команде, как она умеет контактировать с детьми, у нее появилось много друзей из группы, и это меня очень радует.



Anastasia Sturza  
fiica Ecaterina,  
3,5 ani

Anastasia Sturza  
daughter Ecaterina,  
3.5 years old

Since her childhood, my daughter has been trained individually with a professional coach at Aquaterra Fitness Ciocana, and when we needed to decide which kindergarten to join, for ours convenience, we have decided to choose the option closest to swimming trainings. Very soon we realized that it was the best choice. First of all, we are delighted with the educator. My daughter always kisses her before she leaves, so I understand that there is a very special bond between them. This allows me to be calm during the day, knowing that my child is safe. I also observed how quickly Katea developed intellectually. She is already reading on syllables, she is dancing, singing, and she is very excited about the preparations for the matinee. For me, the issue of socialization was an important aspect, and in this case there were no problems. The atmosphere in the group is excellent, all children are very open, my daughter already knows how to work in a team, she has many friends in the group and this makes me very happy.



# AQUATERRA Sport School



Уникальный проект строительной компании ELDORADO TERRA и сети премиальных спортивных клубов AQUATERRA.

Это единственная в Молдове современная спортивная школа, которая включает в себя игровые и спортивно-оздоровительные профессиональные занятия. В спортивной школе приучают к спорту буквально с первых шагов, создавая прочный фундамент успеха. Поэтому вас и вашего ребёнка ждёт огромное разнообразие программ для укрепления здоровья и развития творческого потенциала: карате, плавание, кикбоксинг, дзюдо, акробатика, спортивная гимнастика, танцы, тхэквондо.

Еще одно важное преимущество Aquaterra Sport School – забота о будущих и состоявшихся мамочках и только что появившихся на свет малышах. Для них разработаны специальные программы: аквааэробика и пилатес для беременных, совместные занятия мама-малыш, плавание, СПА и массаж для детей.

Este un proiect unic al companiei de construcție Eldorado Terra și a rețelei de cluburi sportive de clasa premium – Aquaterra.

Aceasta este singura școală sportivă modernă din Moldova care cuprinde în programul său cursuri în format de joacă, antrenamente sportive profesioniste și îmbunătățire a sănătății.

În școală, învățăm corect copiii să facă sport odată cu primii pași, creând un fundament solid, pentru succes. Din acest motiv, avem o varietate largă de programe pentru îmbunătățirea sănătății și de dezvoltare a potențialului creativ: karate, înot, kickboxing, judo, acrobatie, gimnastică, dans, taekwondo și altele.

Un alt avantaj important sunt programele destinate viitoarelor mamici, mamelor cu bebeluși și nou-născuților. Deasemeni avem un program special elaborat pentru aceștia: Aqua - Aerobică și Pilates pentru femei însărcinate, exerciții în tandem pentru mame și copii, înot, SPA și masaje pentru bebeluși.

Aquaterra Sport is a unique project launched by the construction company Eldorado Terra and the premium fitness clubs – Aquaterra.

This is the only modern sports school in Moldova that includes wellness and professional sports classes.

In Aquaterra Sport School they are taught from the very first steps to a sports and healthy lifestyle, creating a solid foundation for success. Therefore, you and your child will find a huge variety of development programs to help you improve health and develop the creative potential: karate, swimming, kickboxing, judo, acrobatics, gymnastics, dancing, taekwondo and others.

Another important advantage of Aquaterra Sport School is taking care of the pregnant women, newborn moms and newborns. We have special programs that have been developed for them: Aqua Aerobics and Pilates for pregnant women, mother & baby classes, swimming, SPA and massages for babies.

# Альтернативный детский сад AQUATERRA *Kids*

Это уникальный детский сад, в котором большое внимание уделяется физическому развитию ребенка. Тренеры Aquaterra Kids разработали для ваших детей полноценные получасовые тренировки по гимнастике, плаванию и акробатике. Каждая тренировка заканчивается пребыванием в соляной комнате: дети дышат воздухом, обогащенным ионами магния, кальция, натрия и брома.

Помимо спортивных тренировок расписание детского сада включает игры, рисование, занятия для развития внимания и мелкой моторики.

Питание – важная составляющая здорового роста организма. В саду два приема пищи – в 10:00 и 13:00. Блюда готовят преимущественно на пару, они богаты полезными веществами.

**Возраст:** от 3 до 6 лет. **Группы:** по 15 детей.

**График работы:** понедельник–пятница, с 9:00 до 13:00.

## Важно

Записаться в группу можно в любое время – ждать осени не нужно!

Дети получают бесплатный доступ на все мероприятия AQUATERRA SPORT SCHOOL.



## Gradiniță alternativă

Este o grădiniță unică, în cadrul căreia se acordă multă atenție dezvoltării fizice a copilului. Antrenorii Aquaterra Kids, au elaborat pentru copii un program de antrenamente a către jumătate de oră la gimnastică, înot și acrobație. Fiecare antrenament se încheie cu o sesiune în cameră sălină, unde aerul este îmbogățit cu ioni de magneziu, calciu, sodiu și brom.

Pe lângă antrenamentele sportive, programul grădiniței include: jocuri, pictură, cursuri pentru dezvoltarea atenției și abilităților motorice fine.

Nutriția – este o componentă importantă pentru o creștere sănătoasă a organismului. Orarul meseelor, în grădiniță este – la orele 10:00 și 13:00.

Majoritatea bucătelor sunt preparate la aburi, respectiv păstrează toate elementele nutritive.

**Vârstă:** de la 3 la 6 ani. **Grupurile:** 15 copii.

**Program:** Luni – Vineri, de la 9:00 la 13:00

## Important

Înscrierea în grupe poate fi făcută oricând – nu este necesar să așteptați toamna! Copiii beneficiază de acces gratuit la toate evenimentele Aquaterra Sport School.

## The alternative kindergarten

Aquaterra Kids is a unique kindergarten, in which plenty of attention is paid to the physical development of the child. Coaches at Aquaterra Kids have developed for children a full half-hour workout classes for gymnastics, swimming and acrobatics. Each workout ends with a salt room session: where children breathe-in, air with enriched magnesium, calcium, sodium and bromine ions.

In addition to sports training, the kindergarten schedule includes games, drawing, attention enhancement classes and fine motor skills development.

Nutrition is an important component of healthy growth. There are two meals served at the kindergarten - at 10:00 and 13:00. Meals are mostly steamed, meaning they are rich in nutrients.

**Age:** from 3 to 6 years. **Groups:** 15 children each.

**Schedule:** Monday – Friday, from 9:00 to 13:00.

## Important

You can join the group at any time - no need to wait for the fall! Kids receive free access to all Aquaterra Sport School events.

# BABY Club

Baby Club – это специально разработанные занятия для молодых мам с малышами, которые проводит педагог-психолог.

**Обучение не только ребенка, но и мамы.** Рождение малыша – серьезный этап в жизни женщины. Многим на первых порах сложно самостоятельно найти подход к ребенку. Именно для таких случаев и была разработана программа Baby Club, которая учит молодых мам правильно заниматься с ребенком наедине, без педагогов, психологов и родственников.

Программу обучения составляет педагог-психолог с учетом особенностей детской возрастной психики: он выбирает только полезные инструменты для развития логики, творчества, мышления, речи и моторики. В Baby Club все занятия проходят под чутким контролем квалифицированного педагога-психолога.



**Физическое развитие** также очень важно. Именно поэтому 15 минут в конце каждого занятия посвящаются физической активности в специальных детских модулях.

**Возраст:** 1,5–3 года.

**Продолжительность занятий:** 2 раза в неделю по 45 минут.



Baby Club – sunt cursuri special concepute pentru mamele tinere cu copii care sunt ținute de un pedagog-psiholog.

**Educarea nu doar a copilului, ci și a mamei.** Nașterea – este o etapă importantă în viața unei femei. Multor, la început, le este dificil să găsească de sine stătător modul optimal de abordare individuală a copilului. Pentru a ajuta mamele la acest capitol, a fost elaborat programul Baby Club, care este menit să învețe mamele tinere cum să interacționeze corect cu copilul, fără ajutorul profesorilor, psihologilor sau a rudelor.

**Programul educațional este elaborat de un pedagog-psiholog,** ținând cont de particularitățile vîrstei și psihicului copiilor: sunt alese instrumentele optimale pentru dezvoltarea logicii, creațivității, gândirii, vorbirii și a abilităților motorice fine. În Baby Club, toate cursurile sunt ținute și ghidate de către un pedagog - psiholog calificat.

**Dezvoltarea fizică** este, de asemenea, foarte importantă. De aceea, la sfârșitul fiecărei lecții, 15 minute sunt dedicate anume activității fizice în module speciale pentru copii.

**Vîrstă:** 1,5 – 3 ani.

**Durata cursului:** de 2 ori pe săptămână timp de 45 de minute.



Baby Club is a specially designed class for young mothers with babies who are taught by a educational psychologist.

**Training the child, along with the mother.** Birth is an important event in any woman's life. Many newborn mothers find it difficult to find the proper approach to her child independently, at the first sight. The Baby Club program was developed, especially for such cases, that are meant to teach young mothers how to properly engage with the child, without teachers, psychologists and relatives.

**The educational program is developed by an educational psychologist,** taking into account the particularities of the children's age: he carefully selects only the proper tools for the development of logic, creativity, thinking, speech and fine motor skills. In Baby Club, all classes are held under the strict supervision of a qualified educational psychologist.

**Physical development** is also very important. That is why 15 minutes at the end of each lesson are devoted to physical activity in special children modules.

**Age:** 1.5 – 3 years.

**Schedule:** 2 times a week for 45 minutes.

# IT Курсы

Статистика подтверждает: работа в сфере IT и Digital стала самой привлекательной в Молдове. Выявить и развить талант будущего программиста можно еще в детстве – на специальных курсах в Aquaterra Sport School.

Курсы проходят по программе первой IT-академии в Молдове Impact Academies&Camps.

Но обычно подобные курсы представляют собой малоподвижную деятельность. Чтобы избежать этой проблемы, обучение проходит интерактивно по методикам школ Кремневой долины.

Чему может научиться ваш ребенок?

- Дизайнерское мышление (Thinking).
- Обучение через практику (Learning by doing).
- Обучение на проектах (Project-Based Learning).

На занятиях используются гаджеты Kano, 3D Pens, Little Bits, Dash and Dot, Google Cardboard, Makey Makey, Robot Turtles, так что обучение не покажется скучным даже непоседам.

Для наилучшего качества обучения открыты две группы:

**IT-MASTER (8–10 лет) и IT-SENIOR (11–16 лет).**



## Cursuri IT

Статистика confirmă: activitatea în domeniul IT și Digital a devenit cea mai atractivă și populară în Moldova. Identificare și dezvoltarea talentului copilului, în acest domeniu, poate fi făcută încă din copilărie - la cursurile specializate de la Aquaterra Sport School. Cursurile au loc în baza programului primei Academii IT din Moldova – Impact Academies & Camps.

De obicei, în cadrul acestor cursuri activitățile desfășurate sunt în mare parte sedentare. Pentru a evita problemele legate de acest aspect, instruirea este desfășurată într-un mod interactiv în conformitate cu metodologia școlilor din Silicon Valley.

Ce poate învăța copilul Dvs. în cadrul acestor cursuri?

- Design-gândirea (Thinking).
- Instruirea prin practică (Learning by doing).
- Instruirea în cadrul proiectelor (Project-Based Learning).

În cadrul cursurilor sunt folosite gadget-uri Kano, 3D Pixuri, blocurile electronice Little Bits, roboții Dash & Dot, Google Cardboard, kitul de învățătură Makey Makey, Turtle Robot, astfel încât procesul de învățare să fie interactiv și interesant chiar și pentru cei mai activi și neastămpărați copii.

Pentru a asigura eficiența cursurilor și calitatea lor, le-am divizat în două grupuri deschise:

**IT-MASTER (8–10 ani) și IT-SENIOR (11–16 ani).**

## IT Classes

Statistics confirm: working in the IT and Digital has become one of the most attractive activity domains in Moldova. It is possible to identify and develop the talent of a future programmer as a child - on special IT courses at Aquaterra Sport School.

Courses, are held based on the program of the first IT-Academy in Moldova Impact Academies & Camps. Usually these courses suppose sedentary activities. To avoid the threats related to this problem, the training is conducted interactively according to the modern methods of schools in Silicon Valley.

What can your child learn?

- Design thinking (Thinking).
- Training through practice (Learning by doing).
- Training on projects (Project-Based Learning).

The classes use gadgets like Kano, 3D Pens, Little Bits, Dash and Dot, Google Cardboard, Makey Makey, Robot Turtles, so that learning does not seem boring even to fidgets.

To achieve the best results, the courses are divided into two groups:

**IT-MASTER (for children of 8–10 years old) and IT-SENIOR (for children of 11–16 years old).**

# АРТ Студия

Вдруг ваш малыш станет новым Микеланджело, и его работы будут выставляться в самых известных галереях мира? В Aquaterra Sport School он может попробовать свои силы в рисовании и лепке, начиная с четырех лет.

Чтобы помочь родителям приобщить малышей к прекрасному, в Aquaterra Sport School работает арт-студия, которую курирует Инга Орехова, художник-психолог, основательница арт-студии «Семь цветов счастья»..

● **Живопись.** Ваш ребенок любит рисовать? Внимательные педагоги сделают всё необходимое, чтобы развить его таланты как можно раньше. Курс направлен на то, чтобы научить детей концентрироваться на одном предмете, замечать малейшие детали.

● **Керамика.** Руками можно творить величайшие произведения искусства. Детям будет интересно погрузиться в творчество. В процессе курса дети изучат технику молочения, научатся лепить фигуры и расписывать их.

● **Арт-терапия** – красивый способ решения внутренних проблем. В арт-студии Aquaterra Sport School позаботились не только о детях, но и об их родителях, ведь когда на ваши плечи возложено много задач и обязанностей сразу, жизненно важно время от времени избавляться от стресса. Чтобы помочь в решении этой проблемы, предусмотрена арт-терапия. Посредством изобразительного творчества вы можете отобразить на холсте накопившиеся проблемы и недуги, взглянув на них как бы со стороны. Часто такая процедура оказывается палочкой-выручалочкой для возвращения спокойствия, гармонии, а значит, и счастья.



The advertisement features the logo for AQUA TERRA SPORT SCHOOL at the top right. Below the logo is a collage of six smaller images: children running with a rainbow umbrella, hands painting a rainbow on a wall, children making faces, a boy swimming in a pool, children on exercise balls, and children using computers. The background is light green with decorative elements like stars and leaves.

## AQUATERRA SUMMER SPORT CAMP

Этим летом **Aquaterra Sport School** предлагает увлекательную программу Summer Camp 2019, которая позволит ребенку ощутить настоящий вкус каникул.

Будущие чемпионы будут разделены по соответствующим возрастным категориям: 5-7, 8-10, 11-12 и 13-15 лет, а также двум направлениям:

### **SPORT CAMP и IT&SPORT CAMP.**

Только в Aquaterra Sport School творчество, спорт, информационные технологии, объединены в единое целое, то что рождает сегодня настоящих лидеров!

**Цена: от 150 евро.**

ул. Джинта Латинэ 12/13, Кишинев, Молдова / +373 22 850 550 / [www.sportschool.md](http://www.sportschool.md)



## BEST BIRTHDAY PARTY for your kids

**Fun zone with slot machines Let's Play  
Birthday menu / Animators / Birthday cake  
Photo / Video / Decorations**

str. Ginta Latina 12/13, Chisinau, Moldova  
+373 22 850 550 / [www.sportschool.md](http://www.sportschool.md)



### ART Studio

Probabil copilul Dvs., va deveni noul Michelangelo, iar lucrarea lui va fi expusă în cele mai renumite galerii din lume? În Aquaterra Sport School, își poate încerca abilitățile de pictură și modelare de la vîrsta de patru ani.

Pentru a ajuta părinții să introducă copiii în lumea frumosului, Aquaterra Sport School, are un studio de artă supravegheat de pedagogul-psiholog Inga Orekhova și fondator al studioului de artă "Șapte flori ale fericirii".

● **Pictura.** Copilului Dvs. ii place să picteze? Profesorii cu atenție vor face tot ce este necesar pentru a dezvolta talentele copilului cât mai curând posibil. Obiectivul cursului este să învețe copiii să se concentreze pe un singur subiect și să observe cele mai mici detaliu.

● **Ceramica.** Cele mai mari opere de artă, sunt create cu mâinile. Copiilor le va fi interesant să-și dea frâu liber creativității. În cadrul cursului, copiii vor învăța tehnica de sculptare cu spumă de lapte, vor învăța să sculpteze figuri și să le picteze.

● **Art Terapia** - este modul frumos de a rezolva problemele interne. În studioul de artă, Aquaterra Sport School, avem grija nu numai de copii, ci și de părinții lor. Atunci când pe umerii lor sunt puse multe sarcini și situații de stres, este vital să scapi de stresul acumulat. Pentru a rezolva această problemă, este creată Art-Terapia. Cu ajutorul artei plastice, puteti expune pe pânză, în culori problemele și suferințele acumulate, privindu-le dintr-un alt punct de vedere. Adesea, o astfel de procedură se dovedește a fi soluția pentru recăptarea cumpătului, armoniei și prin urmare, a fericirii.

### ART Studio

Probably, your baby will be the new Michelangelo, and his work will be exhibited in the most famous galleries in the world? In Aquaterra Sport School, he can try his drawing and modeling skills from the age of four.

To help parents introduce children to the world of beautiful things, Aquaterra Sport School has created an art studio, which is supervised by Inga Orekhova, an educational psychologist and the founder of the art studio "Seven Flowers of Happiness".

● **Painting.** Does your child like to draw? Attentive teachers will do all the necessary to develop his talents as early as it is possible. The course aims to teach children to concentrate on one subject, to notice the smallest details.

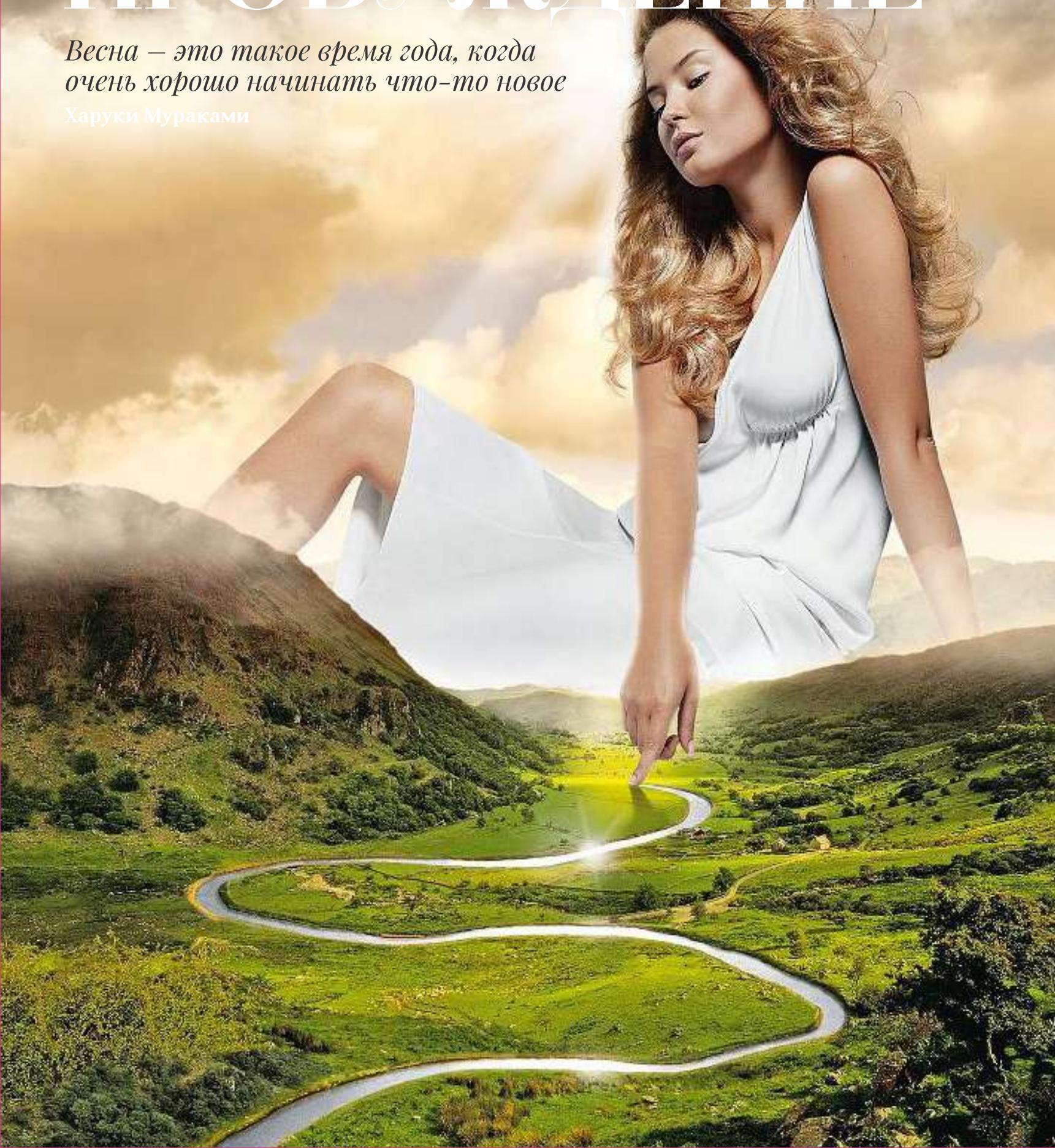
● **Ceramics.** The greatest works of art are created with bare hands. Children will be interested to immerse themselves in creativity. During the course, children will learn the technique of milk bathing pottery technique, learn how to sculpt figures and decorate them.

● **Art therapy** is a beautiful way to solve internal problems. In the art studio, Aquaterra Sport School took care not only of the children, but also of their parents. Because of the daily stress management, multitasking and important duties that are assigned to ones shoulders, it becomes vital to get rid of stress from time to time, in a proper way. To help solve this problem, we created the art therapy class. Through fine art, you can splash on the canvas all your worries and troubles, looking at them from aside or a different angle. Often such a procedure turns out to be a lifesaver for returning the calmness, harmony, and hence happiness.

# Весеннее ПРОБУЖДЕНИЕ

Весна – это такое время года, когда очень хорошо начинать что-то новое

Харуки Мураками



## Александра Михайлова

Представитель  
ERICKSON COACHING INTERNATIONAL  
в Молдове, сертифицированный коуч



*На уровне  
коллективного  
бессознательного  
приход весны  
ассоциируется с  
началом нового  
жизненного цикла*

Весна – символ молодости, рождения всего нового, начала новых дел и проектов. Первые солнечные весенние дни отзываются глубоко в душе у каждого человека, обычно пробуждая чувство радости, желания новых впечатлений, ожидания хорошего, облегчения от того, что холода уже позади. Весна будто «просит» наполнить жизнь тем, что стимулирует эмоции. В связи с этим может возникнуть потребность поменять что-то.

Тому, как правильно меняться и обновляться, нужно учиться весной у природы. Чтобы впустить в свою жизнь перемены и обрести легкую, наполненную светом и любовью, весну в своей душе, необходимо:

**1** Осознать текущее положение дел и принять все, что есть на данный момент в жизни, как данность. Как природа, принимая снег, ветер и холодные дни, понимает, что за ними непременно наступят солнечные дни, распластятся новые листья и вернутся перелетные птицы.

**2** Провести «генеральную уборку» жизни. Так же, как и природа, уносит с собой снега, удалить из своей жизни все абсолютно ненужное, старое, ушедшее, лишнее, не свойственное и не соответствующее желанной жизни.

**3** Преобразиться внешне и внутренне. Внешнее преображение – это прежде всего физическое здоровье, и, как следствие, красота.

**4** Все внешние изменения помогают измениться внутренне. Улучшить свое эмоциональное и психологическое благополучие. Чтобы какой-то негативный аспект ушел из жизни, нужно просто его отпустить! Все проблемы существуют только в сознании человека, заключаются в том, как он видит свой мир, свое окружение и себя самого.

**5** Определить свои личные новые цели. После того, как все лишнее уйдет из жизни, освободится место и время для нового. Нужно понять, чем будет это самое новое. Для этого нужно знать себя: свои истинные желания, способности, понять, что для вас по-настоящему важно.

Развиваться – помогать себе расцвести как плодо-  
вое деревце по весне, раскрывать свой внутренний  
потенциал и быть собой. Реализоваться – полу-  
чить плоды своего развития и наслаждаться ими.  
Развиваться и реализовываться можно только,  
проживая свою настоящую жизнь, зная, принимая  
и любя себя!

**Позволить себе ощущать счастье.** Модель сча-  
стия – это о жизни здесь и сейчас. Об ощущении  
жизни сегодня. Многие люди не чувствуют себя  
счастливыми только лишь потому, что не позволя-  
ют себе этого, фокусируясь на том, чего нет, вместо  
того, чтобы видеть, что уже есть. Счастье – это  
внутреннее состояние, которое мы можем испы-  
тывать постоянно, лишь однажды приняв реше-  
ние быть счастливым. Как мы наводим объектив  
камеры, фотографируя красивые пейзажи приро-  
ды, также, мы можем навести наш фокус внимания  
на главные аспекты нашей жизни, на наш успех,  
на то, что важно и ценно, на творчество, созидание  
и любовь!

Ну и, конечно же, Весна – это время любви! Как  
часто мы ждем любви извне, а ведь источник  
любви находится в нас, в нашем сердце.

Окружите себя тем, что открывает ваше сердце и  
заставляет его любить: любимое дело, любимое  
занятие, животные, рукоделие. Все то, что делает  
нас счастливее. Самый надежный способ – это  
научиться поддерживать ощущение принятия и  
любви к себе! Ведь именно с любви к себе начина-  
ется способность любить других и чувствовать  
себя счастливым.

## Как вообще можно понять, любишь ты себя или нет?

Любовь к самому себе это, прежде всего, вера в  
ценность своих желаний и целей, разрешение себе  
быть собой, отказ от сравнения себя с кем-либо,  
умение «слушать» свой внутренний голос, проще-  
ние себя и окружающих за ошибки, забота о своем  
теле и замедление темпа жизни. Да, именно замед-  
ление – это тот самый важный фактор, благодаря  
которому можно начать чувствовать жизнь и себя в  
этой жизни, сфокусироваться на том, что поистине  
важно, расставить приоритеты и наслаждаться.

Наслаждаться теми вещами, которые в быстром  
темпе жизни остаются «за кадром», мелочами,  
которые как множество пазлов и создают полный  
сюжет нашей жизни.

Наблюдайте за природой и впитывайте эту силу  
любви и жизни. Наслаждайтесь весной и исполь-  
зуяте мощную энергию обновления, чтобы сде-  
лать свою жизнь вкусной, радостной и изобиль-  
ной!



### Вопросы для исследования себя

Ответив честно на эти вопросы, «градус» счастья и  
весеннего обновления обязательно поднимется,  
потому что в момент, когда мы заглядываем в  
глубину своей души, мы соединяемся с самим собой.  
Ваши ответы – это и есть подсказка для вас, как  
достичь того самого состояния весны и счастья, в  
котором хочется пребывать постоянно, а не только  
три месяца в году.

- Как часто вы мечтаете? Насколько эти мечты  
связаны именно с вашими истинными желания-  
ми? Как часто вы говорите о своих желаниях?
- Какие самые важные ваши качества вам помога-  
ют привнести самое ценное в вашу жизнь?
- Что наполняет смыслом вашу жизнь? Какие  
события, действия, люди создают в вас ощущение  
счастья?
- За что вы себе благодарны?
- Как сегодня любовь ощущается в вашей жизни?
- С кем вы сегодня можете реализовать это чувство?
- Что глобально для вас – любовь?
- Что бы вам хотелось максимально привнести в  
свою жизнь, чтобы ощущать ее на все 100%? Кто  
может помочь вам в этом?
- Что способствует вашей жизненной реализации?  
Как вы проявляете творчество и в каких сферах  
жизни?
- Как бы вы оценили по 10-балльной шкале ваше  
состояние любви, в котором вы находитесь? Любви,  
как вашем внутреннем состоянии, не к определен-  
ному человеку, а как состоянию души? На какой  
оценке вы находитесь? А что бы для вас означало  
состояние на 10? Опишите его. На какой оценке  
находитесь Вы? Напишите, чего не хватает вам,  
чтобы было 10?

Найдите любовь, которую вы ищете, сначала найдя  
любовь внутри себя. Учитесь отдыхать в том месте внутри  
вас, которое является вашим истинным домом.



*Găsiți dragostea pe care o căutați  
mai întîi de toate descoperind-o  
în interiorul Dvs. Învățați să vă  
odihniți în acel colțisor în interiorul  
Dvs, care este adevărată casă a Dvs.*

**FIND THE LOVE** you seek  
by first finding the love within you.  
Learn to rest in the place within you  
that is your true home.

Shri Shri Ravi Shankar



*Primăvara,  
este anotimpul favorabil  
pentru a începe ceva nou*

Haruki Murakami

# Desșeptarea de primăvară

*La nivelul subconștientului colectiv, sosirea primăverii este asociată cu începutul unui nou ciclu de viață. Primăvara - este un anotimp al învierii. Ea este aducătoare de noi și înalte teluri, este re-instauratoare, este un interval de tranzit către o plinătate a rodului. E anotimpul, prin excelentă, al începutului. Vechiul este îndepărtat, nouul urmează să apară.*

Oare cum va fi ceea ce va fi – aceasta-i întrebarea! Primăvara, pentru om, devine un bun model al devenirii, poate cel mai bun „pedagog” natural, ce se dăruie direct, cu generozitate. Cu o condiție, însă: să stim să ascultăm glasul subtil al naturii, să-l decodificăm și să ne apropriem, în felul nostru uman, opera măreță a naturii pe cale de re-desfășurare. Primăvara este o șansă pentru noi, ivită ciclic, și ne cheamă de a lua viața de la început, ca pentru „prima dată”. Ea ne invită în a aborda existența altfel, uitând de cele reale și vizând pe cele bune. Avem prilejul să „împrimăverim” odată cu izbucnirea ce se naște în jurul nostru.

Primăvara neiese în cale, ne oferă un exemplu, iar pentru a o lăsa să intre în sufletele noastre, trebuie să urmăm sfaturile de mai jos:

**Să conștientizați** starea actuală și să acceptați tot ceea ce aveți în viață ca pe o realitate ce trebuie depășită. Urmărind exemplul naturii, care rabdă și zăpada și vântul, și zilele reci și posomorâte, cu speranța că în curând va veni timpul frumos și însorit, când apar primii mugurași, când infloresc copacii iar păsările călătoare se întorc pe plaiurile natele.

Alexandra  
MIHAILOVA

Reprezentant al organizației internaționale  
ERICKSON COACHING INTERNATIONAL în Moldova,  
coach profesionist

**Dezvoltarea** – trebuie să înfloriți precum pomii în primăvară, pentru a vă dezvăluia potențialul interior și să fiți voi înșivă. Realizați-vă, savurați rodul muncii Dvs. Puteți să vă dezvoltați și să vă realizați numai trăind viața

**Permiteți-vă să vă simțiți fericiti.** Modelul fericirii este de a trăi aici și acum. Majoritatea nu se simt fericiti doar pentru că nu își permit acest lucru, concentrându-se asupra a ceea ce nu este, în loc să accepte prezentul și să fie prezenți. Prezența este singurul mod de funcționare al Umanului care deschide poarta completitudinii și rețeașă sursa durerii de la rădăcină. Fericirea este o stare interioară pe care o putem experimenta în mod constant, doar odată ce am decis să fim fericiti. Alegeti lucrurile, oamenii, situațiile în care simțiți bucuria. Pe măsură ce direcționăm obiectivul camerei, fotografiind peisajele frumoase ale naturii, astfel și noi putem concentra atenția asupra principalelor aspecte ale vieții noastre, asupra succesului nostru, asupra a ceea ce este important și valoros, asupra creativității și dragostei!

Și, bineînțeles, **primăvara este anotimpul iubirii!** Cât de des așteptăm dragostea din afară și totuși, sursa iubirii este în noi, în inima noastră. Ea fiind mereu senină și clară, conștientă și prezentă. Dragostea curge din el precum lumina din soare. Înconjurați-vă cu ceea ce vă deschide inima și o face să iubească: un job mult visat, o activitate preferată, animale, artizanat, confectionarea lucrurilor hand-made. Tot ceea ce ne face mai fericiti și mai împliniți. Cea mai sigură cale este să mențineți un sentiment de acceptare și dragoste pentru voi înșivă! Deoarece, abilitatea de a iubi pe alții și de a simți fericirea pură începe cu dragoste de sine.

## Cum poți înțelege dacă te iubești sau nu?

Iubirea de sine este, în primul rând, credința în propriile valori, dorințe și a obiectivelor tale, permitându-ți să fii tu însuți, refuzând să te compari cu cineva, abilitatea de a „auzi” vocea interioară, iertarea greșelilor tale și a altora, îngrijirea corpului tău. și încetinirea ritmului vieții. Da, anume încetinirea – este cel mai important factor prin care puteți începe să simțiți viața, să vă concentrați asupra a ceea ce este cu adevărat important, să stabiliți priorități și să vă bucurați de ele. Bucurați-vă de acele lucruri care, în ritmul rapid al vieții, rămân „în spatele scenei”, detaliu mici, care, ca o multitudine de puzzle-uri, creează întreaga imagine a vieții noastre. Urmăriți natura și absorbiți această putere a iubirii și a vieții. Bucurați-vă de primăvară și folosiți energia puternică a reinnoirii pentru a vă face viața mai savuroasă, plină de bucurie și culori vii!

# Întrebări de cercetare privind împlinirea de sine

Răspunzând cu sinceritate la aceste întrebări, „gradul” fericirii și deșeptarea de primăvară va crește cu siguranță, pentru că în momentul în care privim în adâncul sufletului nostru, ne conectăm cu noi înșine. Răspunsurile Dvs. – sunt un indiciu pentru voi cum să obțineți acea stare de primăvară și fericire pentru totdeauna, nu doar trei luni pe an.

- Cât de des visăți? Cum se coreleză aceste vise cu adevărata dorință al Dvs.? Cât de des vorbiti despre dorințele Dvs.?
- Care sunt cele mai importante calități care vă ajută să dezvoltați cele mai valoroase lucruri în viața voastră?
- Ce vă face viața mai semnificativă? Ce evenimente, acțiuni, sau oameni vă trezesc acest sentiment de fericire?
- Pentru ce anume vă sunteți recunoscațoare?
- Cum simțiți astăzi, sentimentul de dragoste în viața Dvs.?
- Cu cine, astăzi, ați putea realiza acest sentiment?
- Ce este global pentru Dvs. – dragostea?
- Ce doriti să schimbați în viața voastră pentru a o simți la 100%? Cine vă poate ajuta cu asta?
- Cum contribuți la realizarea vieții Dvs.? Cum vă demonstrați creativitatea și în care domenii ale vieții?
- Cum ați evalua pe o scară de la 1 la 10 puncte, starea Dvs. de dragoste în care vă aflați? Dragostea, ca starea voastră interioară, nu față de vreo persoană anumită, ci ca o stare a sufletului? Câte puncte aveți? și ce ar însemna pentru Dvs. 10 puncte? Descrieți-o. Scriți ceea ce vă lipsește pentru a avea 10 puncte?

# Spring awakening



*Alexandra  
MIHAILOVA*

Professional coach, trainer.  
Representative of the international organization  
ERICKSON COACHING INTERNATIONAL  
in Moldova.

*The spring is the favorable  
season to start something new.*

Haruki Murakami



At the level of the collective subconscious, the arrival of the spring is associated with the beginning of a new life cycle.

How the spring helps us change our lives and grow into ourselves. Most people have positive associations with springtime. Snow melts, the air warms, flowers bloom, plants sprout, and the wind whips through the landscape, pushing the last heavy bits of winter off of our doorstep. Out of any season, spring transforms our environment the most. Change, growth, and newness are embraced by the land. The inevitable forces of Mother Nature reshape our world and perspective day by day. It can be a very gratifying season, in that we see the benefit of our clearing and cleansing work of the fall and storage and preservation in the winter. What happens in the spring mirrors some of the deepest parts of your personality.

The traditional symbol of wood is bamboo, and it grows like gangbusters in the spring. Straight, tall, upright, and on a mission to reach higher and higher. This strong, forthright, and sometimes intense energy influences our moods, behavior, and even aspirations. The seasons are deeply engrained in us, and the more we pay attention to the landscape outside, the more we'll start to understand how it mirrors our internal environment.

Chinese medicine makes a comprehensive study of how the natural world influences us. Each season has many correspondences, and learning about them can help you gain insight into things like your best time of year for making new moves, staying put, feeling most in tune with yourself, or the most challenged.

# So let's dive into these correlations and learn about what spring can do for you!

**1** To acknowledge and accept everything you have in life as a reality, which needs to be overcome. Following the example of the nature, who also endures the snow and the wind, and the cold and gloomy days, hoping that the beautiful sunny weather will come soon, when the first buds appear, when the trees bloom and the birds return to their native fields.

**2** To perform a "general cleaning" of your life. Take this opportunity to clean out your life, too! Think about it this way: Just as it is easy for dust and clutter to accumulate (relatively) unnoticed during the short, dark days of winter, it is also easy for bad habits, poor outlooks, and unhealthy relationships to pile up in your life. If you do not make a conscious effort to detox, these things will continue to hold you back and weigh you down. A messy closet is a metaphor for a messy life. For many people, a reluctance to change something as simple as the contents of a closet is a symptom of a bigger problem. Maybe you are afraid of change and what the future holds. Maybe you just ended a romantic relationship and are clinging to the past. Maybe you are dissatisfied with your life overall and do not feel ready to take the initiative to change it. Whatever the case may be, it is time to stop procrastinating. There is no better time than during the renewal of spring to refresh your mind, body, and soul.

**3** External and internal transformation. Outward transformation is primarily physical health and, as a result, it leads to inner beauty. All external changes lead to inner changes. Improve your emotional and psychological well-being. To get rid of any experience or negative situation, just let it go! All the problems exist only in a person's subconscious, and consists in the way she/he sees the world, her/his environment and herself/himself.

**4** Establishing and defining new personal goals. When everything that was bad, unpleasant and tedious ends will come the favorable time for setting new goals. Goal setting is an element of the personal development process and an important factor in time management, which will provide continues motivation in materializing our wishes. It provides a long-term vision and short-term motivation. By setting clear and concise objectives, we can measure the degree of goal achievement; as well, we can anticipate the issues that are neglected. It is important to be aware of what we want from life (it is preferable that our vision corresponds to a longer period).

**Self-Development** - you must bloom like trees in the spring, to reveal your inner potential and be yourself. Recreate yourself; enjoy the fruit of your work. You can realize it only by living your real life, accepting and loving yourself.

**Allow yourself to be happy.** The pattern of happiness is to live here and now. You need to realize that this moment is the one that counts. Most of us do not feel happy just because they do not know how to do it, because of focusing on something that does not exist, instead of accepting the present and being present. The way of living your life, that keeps you happy and joyful. Happiness is an inner state that we can experience constantly only once we have decided to be happy. Choose things, people, situations that brings you joy. As we direct the camera lens photographing beautiful scenery and landscapes of nature, we can also focus on the main aspects of our lives, our success, on what is important and valuable.

## *The spring is the season of the love!*

How often do we expect love from outside, and yet, the source of love is within us, in our hearts. It is always serene, conscious and present. Love flows from us like the light from the sun. Surround yourself with things/activities that you love: a dream job, a favorite activity, animals, and handicraft. Everything that makes us happier and more fulfilled. The surest way is to maintain a sense of acceptance and love for yourself! Because the ability to love others and to feel pure happiness begins with self-love.



# How can you understand if you love yourself or not?

Self-love is foremost the belief in your own values, desires and goals, allowing yourself to be yourself, refusing to compare with someone else, the ability to "hear" the inner voice, forgiving yours and others



mistakes, caring for your body, and slowing down the speed of life. Yes, namely slowing down - is the most important factor by which you can begin to feel your life, focus on what is really important, set priorities and enjoy them. Enjoy those things that, in the quick rhythm of life, remain "behind the scenes", small details that, like a multitude of puzzles, create the whole picture of our lives. Follow the nature and absorb this power of love and life.

The season of spring is such a wonderful time. Its revival of life is refreshing after a dark winter. It moves quickly through birth into massive amounts of growth, and to get the most out of this season we have to be willing to embrace the change it fosters. It also challenges us at our deepest level to be resilient, adapt and stand up for ourselves. If we can ride the wave of this energetic and resplendent season, we will be rewarded with fabulous new ideas, relationships, careers and a crystal clear vision for our hopes, dreams and life path.

## Research questionnaire on *self-facing*

By honestly answering these questions, the "degree" of happiness and spring awakening will certainly increase, because when we look deep into our souls, we connect with ourselves. Your answers - are the clue for you on how to get that state of spring and happiness forever, not just three months a year.

- How often do you dream? How do these dreams correlate with your true wishes? How often do you talk about your wishes?
- What are the most important qualities that help you develop the most valuable things in your life?
- What makes your life more meaningful? What events, actions, or people awaken you this feeling of happiness?
- What are you grateful for?
- How do you feel right now, the feeling of love in your life?
- With whom, you could achieve this feeling?
- What is global for you - love?
- What do you want to change in your life to feel it at 100%? Who can help you with this?
- How do you contribute to your life? How do you demonstrate the creativity and in which areas of life?
- How would you assess on a scale of 1 to 10 points your love status? Love, as your inner state, not to any particular person, but as a state of your soul? How many do you have? In addition, what would mean for you 10 points? Describe it. Why you do not have 10 points? What is missing?

# TRAVEL

## 10 ТОПОВЫХ мест Дубая

для “космических” кадров в Инстаграм.



### 10 poze din DUBAI de postat

#### 1 Burj Khalifa

**РУС** На сегодняшний день это самое высокое здание в мире, с которого открываются захватывающие дух виды. К 2020 году здесь планируют закончить строительство новой башни с новым высотным рекордом. Настоятельно рекомендуем приобретать билеты на 148 этаж башни, поскольку на этой площадке вас ждут лучшие виды.



**ROM**

Este cea mai înaltă clădire din lume (pentru moment, deoarece construiesc un nou turn în Dubai în 2020), vederea este incredibilă și recomandăm să cumpărați un bilet pentru a merge la etajul 148 pentru a obține o poză și pentru a vedea cea mai frumoasă priveliște.

**ENG**

*It is the tallest building in the world (for now, because it is building a new tower in Dubai in 2020), the view is incredible and we recommend buying a ticket to go to the 148th floor to get a photo and see the most beautiful view.*

#### 2 Burj al Arab

**РУС**

Отель-парус Burj al Arab 5\* в районе Дубай стал одним из самых узнаваемых символов Дубая, а его роскошь и размах обеспечили ему место в списке одного из пяти самых известных отелей в мире. Безусловно, фото на фоне главной достопримечательности Дубая в вашей инста-коллекции станет одним из самых лучших.

**ROM**

*Singurul hotel de 7 stele din lume! Forma sa ca o navă de navigație este atât de superbă și unică, aveți absolut nevoie de o imagine cu această clădire impresionantă.*

**ENG**

*The only 7-star hotel in the world! Its shape as a sailing ship is so superb and unique; you absolutely need an image with this impressive building.*



### 10 photos from Dubai to post on Instagram

Dubai is an incredibly beautiful city with plenty of opportunities, also a lot of beautiful places for pictures. Here are some of the most iconic locations in the city that you have to see.

#### 3 Atlantis Lost Chamber Aquarium

**РУС**

Дубай может похвастаться 2 аквариумами, самый впечатляющий из которых находится в отеле Atlantis. Кстати, этот отель отличное место для отдыха и развлечений всей семьи на Пальме. К вашим услугам огромный аквапарк Aquaventure, с впечатляющими горками и водными аттракционами.

**ROM**

*Dubaiul are și două acvariumuri, dar cel mai impresionant este cel de la Atlantis. Atlantis este un hotel, parc și acvariu, și este un loc minunat de vizitat și este situat în Palm.*

**ENG**

*Dubai has two aquariums, but the most impressive is Atlantis. Atlantis is a hotel, park and aquarium, and is a great place to visit and is located in Palm.*



Club  
**TheTravel**  
Concierge & Corporate

## Экскурсии на лодках по каналу Madinat Jumeira

РУС

Район Madinat Jumeira окружен водными каналами и славится своей аутентичной архитектурой. Здесь можно прокатиться на традиционных лодках-амбра и с воды сделать потрясающие фотографии города и в частности отеля Burj al Arab.

ROM

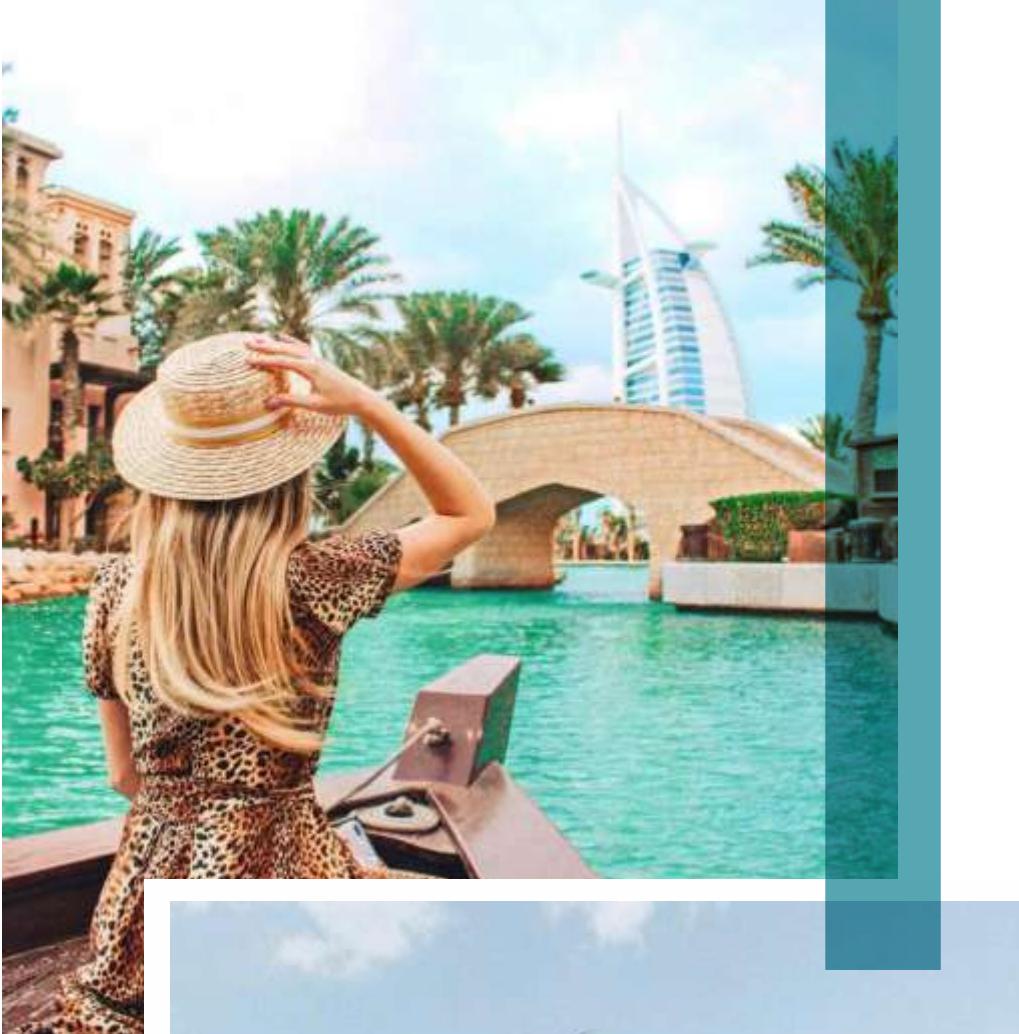
### Turul cu barca Madinat

Madinat este înconjurat de canale mici. Arhitectura este foarte antică și frumoasă, și este aproape de Burj Al Arab, astfel încât să puteți avea o vedere cu ea la turul cu barca.

ENG

### Madinat Boat Tour

*Small canals surround Madinat. The architecture is very ancient and beautiful, and is close to the Burj Al Arab, so you can have a sight with it at the boat tour.*



## 5. Отель Palace Downtown

РУС

Этот отель великолепно расположен на берегу озера рядом с Dubai Mall и имеет отличный вид на башню Burj al Arab 5\*. Из этой локации открывается удивительный вид на самое высокое здание мира и на Фонтан Дубай.

ROM

### Palatul Downtown

Palatul Downtown - это отель, расположенный рядом с Souk Al Bahar & Dubai Mall и находящийся прямо напротив Burj Khalifa. Вход в отель является одной из самых фотогеничных точек города.

ENG

### The Downtown Palace

Downtown Palace is a hotel close to Souk Al Bahar & Dubai Mall and is located right in front of Burj Khalifa. The entrance to the hotel is one of the most photogenic views of the tower.



## Пустыня

РУС

Прогулка по пустыне подарит вам не только незабываемые впечатления, но и отличные фотографии на фоне бескрайних песков. Не упустите возможность совершить здесь jeep-сафари, полет на воздушном шаре или провести ночь в лагере бедуинов.

ROM

### Desertul

Deșertul din Dubai are atât de multe de oferit. Aveți atât de multe oportunități de poze: baloane cu aer cald, într-o plimbare cu jeep sau la tabăra de noapte.

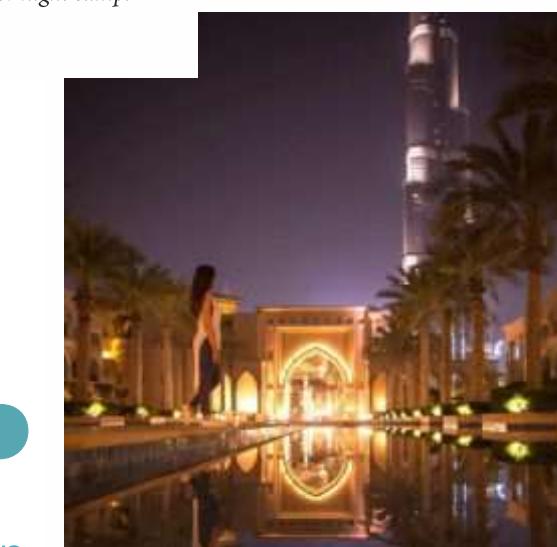
ENG

### The Desert

*The Dubai desert has so much to offer. You have so many opportunities to take beautiful pictures: hot air balloons, a jeep ride or night camp.*



## 8. Пляж Jumeirah



РУС

Лучшего места для пляжного отдыха в Дубае чем на Jumeirah Beach просто не найти. За своим «местечком под солнцем» и за эффектными фотографиями в купальниках сюда ежедневно приезжают сотни туристов из разных уголков мира. Если и вы мечтаете о фотографиях на фоне моря и отеля - парус, то вам точно сюда.

ROM

### Plaja Jumeirah

Ce trebuie să faceți în Dubai este, de asemenea, să petreceți o zi relaxantă pe o plajă privată. Vederea de la Plaja Jumeirah este foarte frumoasă cu toată clădirea din spatele acesteia.

ENG

### Jumeirah beach

*What to do in Dubai? To spend a relaxing day on a private beach. The view from Jumeirah Beach is very beautiful with the whole building behind it.*



Club  
**TheTravel**  
Concierge & Corporate

TRAVEL

## Отель Shangri-La

РУС

Этот популярный отель с прекрасными интерьерами в современном стиле может стать излюбленным местом для ваших каникул в Дубае. Кстати, неповторимый вид на Burj Khalifa откроется вам с 42 этажа именно этого отеля.

ROM

Shangri-La ar putea fi unul dintre hotelurile voastre favorite și au o vedere uimitoare asupra Burj Khalifa.

ENG

*Shangri-La could be one of your favorite hotels and it has a stunning view of Burj Khalifa.*

# 9.

## Арабский чайный дом в Старом Городе

РУС

Старый Город это одно из самых аутентичных и необычных мест Дубая, его сбый дух и атмосфера. Посетив это место, непременно загляните за покупками на настоящий Восточный рынок. Не забудьте поторговаться, а также, посетить находящийся неподалеку чайный домик . Фото там обязательны!



## Casa de ceai din Arabia de Vest

ROM

Orașul vechi este încă un loc frumos de vizitat pentru a vedea o altă atmosferă a orașului. Puteți să plimbați prin piață, dar cel mai bun loc pentru imagini ar putea fi această mică casă de ceai.

## Tea House in West Arabia

ENG

The old town is still a nice place to visit to see another city atmosphere. You can walk through the market, but the best place for pictures could be this little teahouse.

# 10.

## Сад чудес

РУС

На наш взгляд это самая яркая и красочная локация в Дубае. Самый большой сад цветов в мире (более 45000 экземпляров). Высаженные на единой территории, эти многочисленные природные экспонаты создают идеальный фон для ваших селфи и лучших семейных фотографий.

ROM

## Grădina Miraculoasă

Unul dintre cele mai colorate și incredibile locuri puteți vedea în Dubai este Grădina Miraculoasă. Grădina este aproape de vară datorită temperaturii.

ENG

## The Miraculous Garden

One of the most colorful and incredible places you can see in Dubai is the Miraculous Garden. The garden is close to summer because of the temperature.



**Club**  
**TheTravel**  
Concierge & Corporate

Serghei Lazo, 34, of.8  
Chișinău, MD-2004  
Tel.: (373) 22 804 806  
Mob.: (373) 79 355 545  
E-mail: club@thetravel.md  
Web: www.thetravel.md

ЕДЕМ ВМЕСТЕ НА **ЖАРУ** В ДУБАЙ

BERIN  
IGLESIAS

BISCONCERT

# ЖАРУ'19

MUSIC FEST  
RIXOS PREMIUM JBR | AZURE BEACH

# DUBAI

# 3 MAY'2019

**AQUA**  
**TERRA**  
WELLNESS & SPA

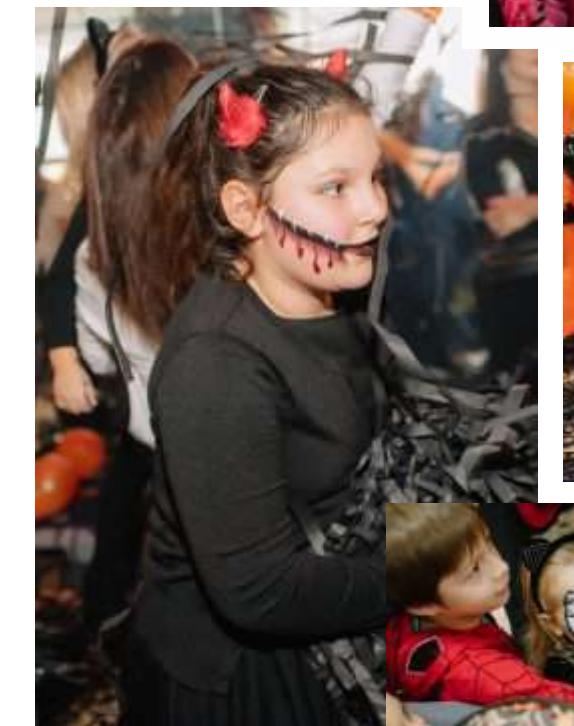
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ  
ЧЛЕНОВ КЛУБА: 022-628-000

**Club**  
**TheTravel**  
Concierge & Corporate



# Halloween in Hogwarts

Harry Potter, Hermione and Albus Dumbledore, who flew to Aquaterra Wellness & SPA for the most mystical holiday of the year - Halloween, welcomed the youngest of our club members into a real fairytale full of magic and emotions.





AQUA TERRA

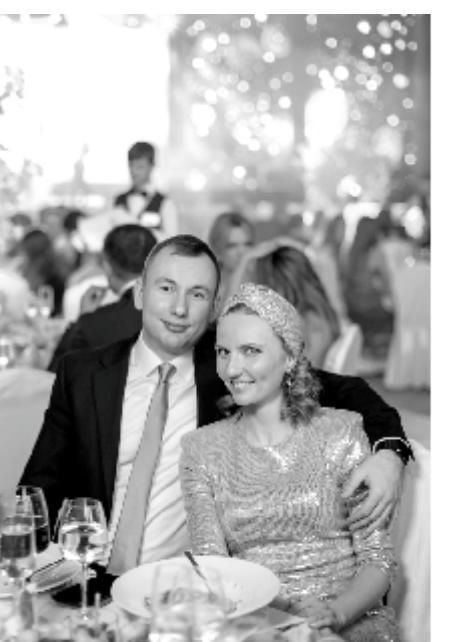


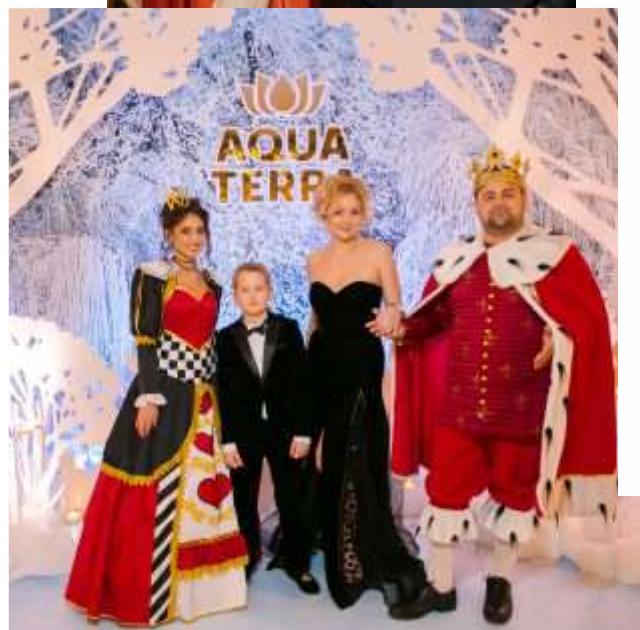


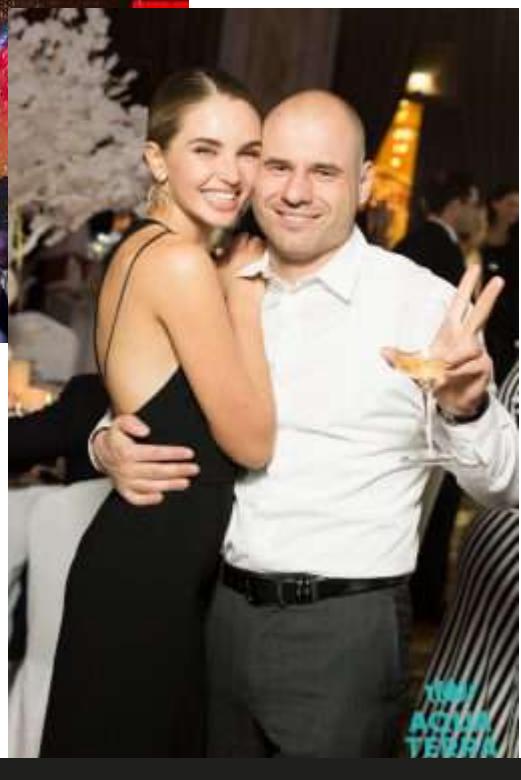
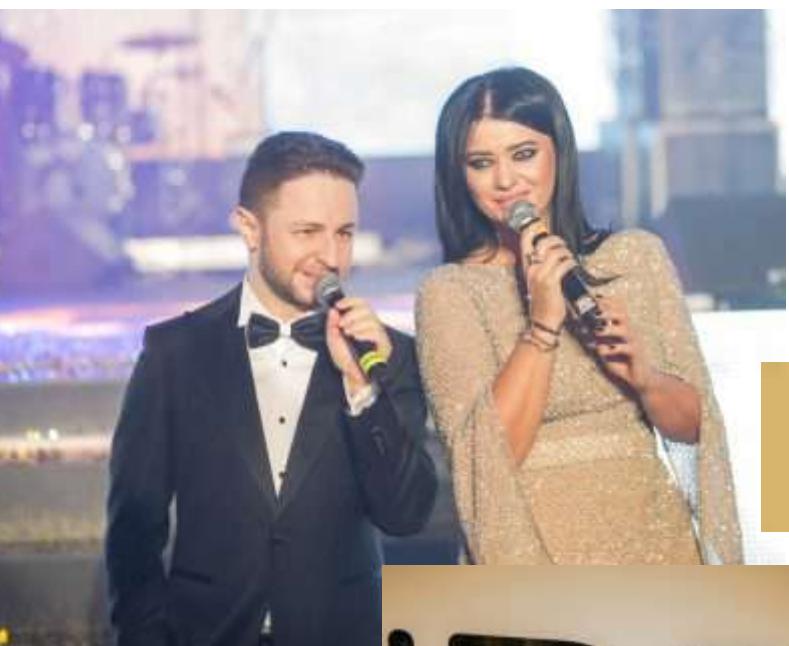
# AQUATERRA Christmas Ball

The event was held in the Palatul Republicii on December 20th. The guests arrived into a fairy tale that started from the red carpet and continued with magical Christmas decorations and an outstanding show program.

Also the hosts did their best to make the evening truly special: Olga Iftodii and Brandon Stone, as well as the incendiary group DoReDoS and the main surprise - Vanotek!



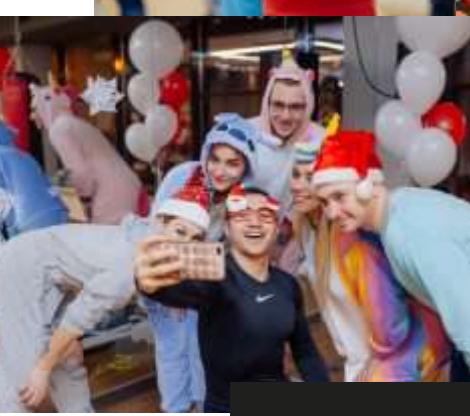
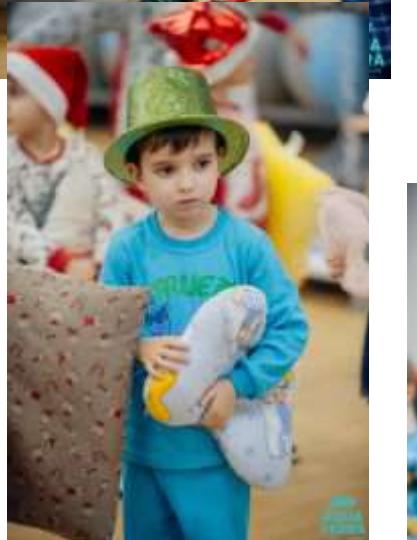


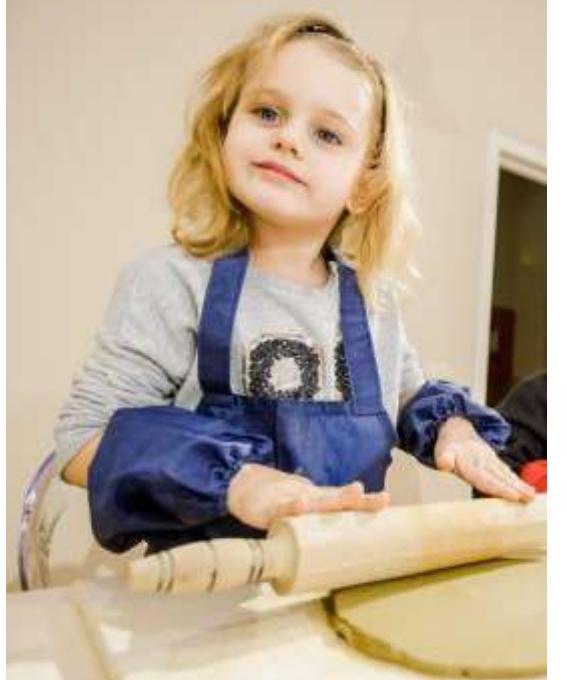




# NEW YEAR Pajamas Party

The end of the year is always the time of presents, costumes, friends gathering and of course – a party in Aquaterra Fitness Ciocana! The little ones were delighted with the presence of story characters that organized various curious and captivating contests, got to laugh and share a joy, and let's not forget – receive a gift from Santa.



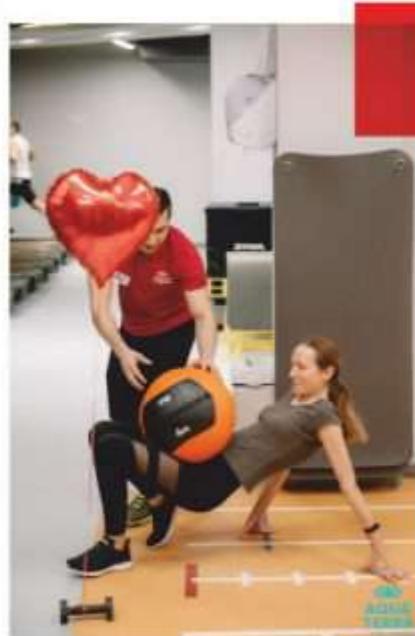
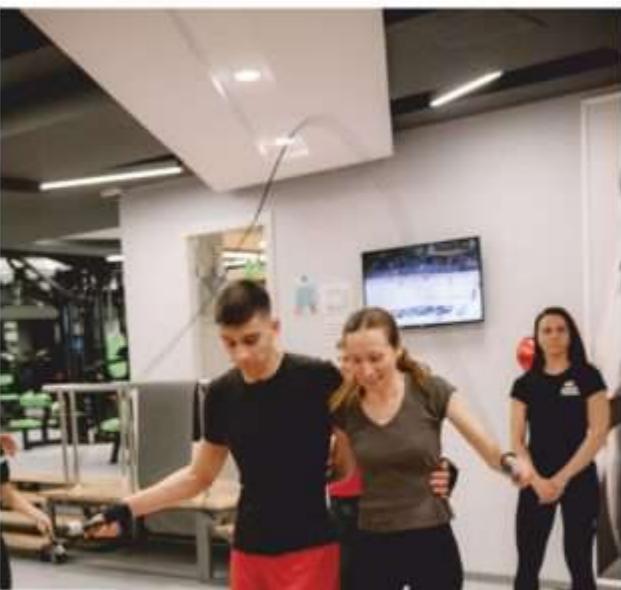


# Ceramics

## Master Class

Aquatera Sport School is that place where the young ones have the opportunity to experience and develop the best of their physical and creative skills. For that reason, on the 9th of February, took place a Ceramics Master Class where kids were guided by a teacher on the art of pottery modeling. During the class a creative atmosphere prevailed, the little ones modeling their own angel statues.





# Lovers Pair Training

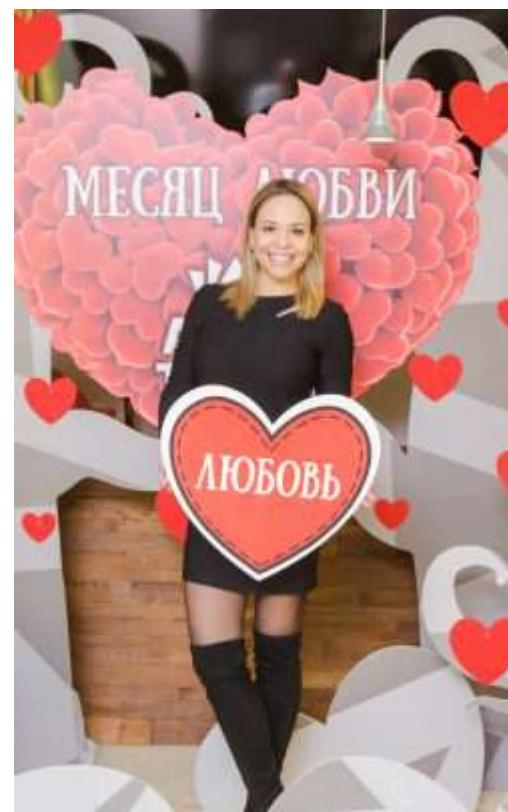
Nothing can be more fun and exciting than training with your loved one. On February 13th, in Aquaterra Fitness Ciocana, couples managed to train in a rather unordinary way. How did it go? The event was held in the best traditions of Aquaterra.





# Valentine's Day

14th of February is one special day. At Aquaterra Wellness & SPA it's always a fest, and this year it was no different – romantic decorations, healthy sweets, champagne, love predictions and a beautiful photo zone that greeted every guest in the lobby of your favorite club.





## Martial Arts Open Class Daddies can!

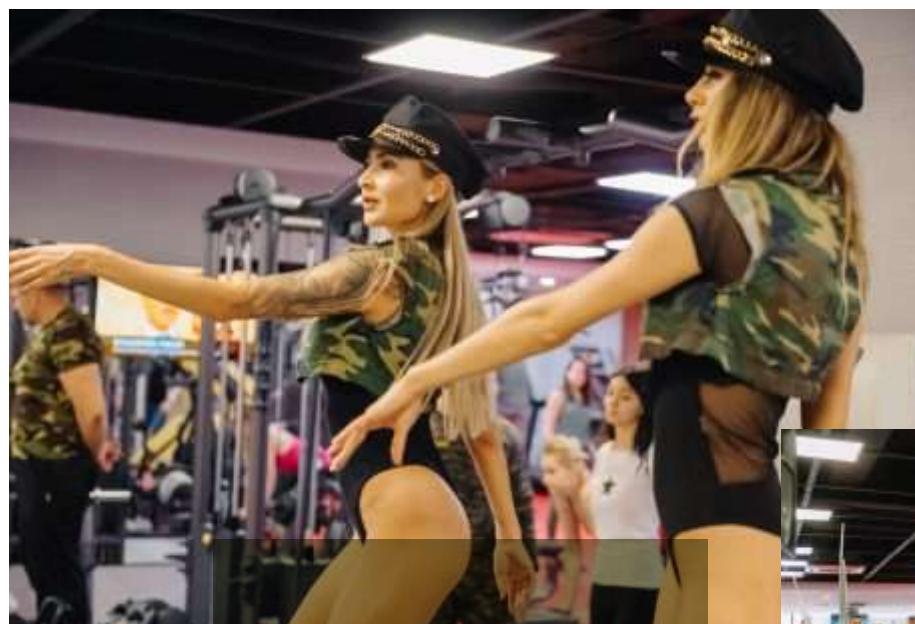
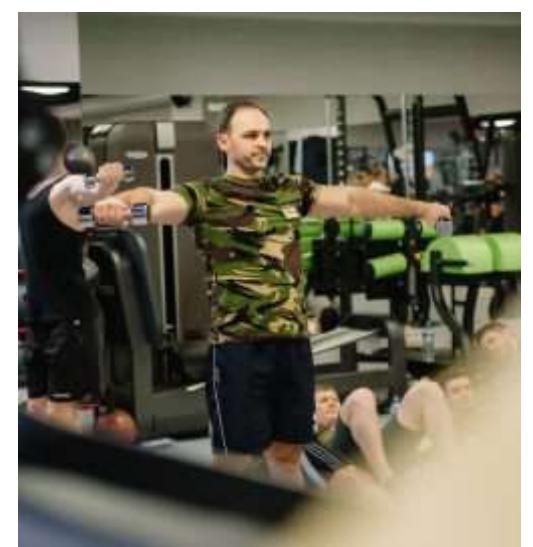
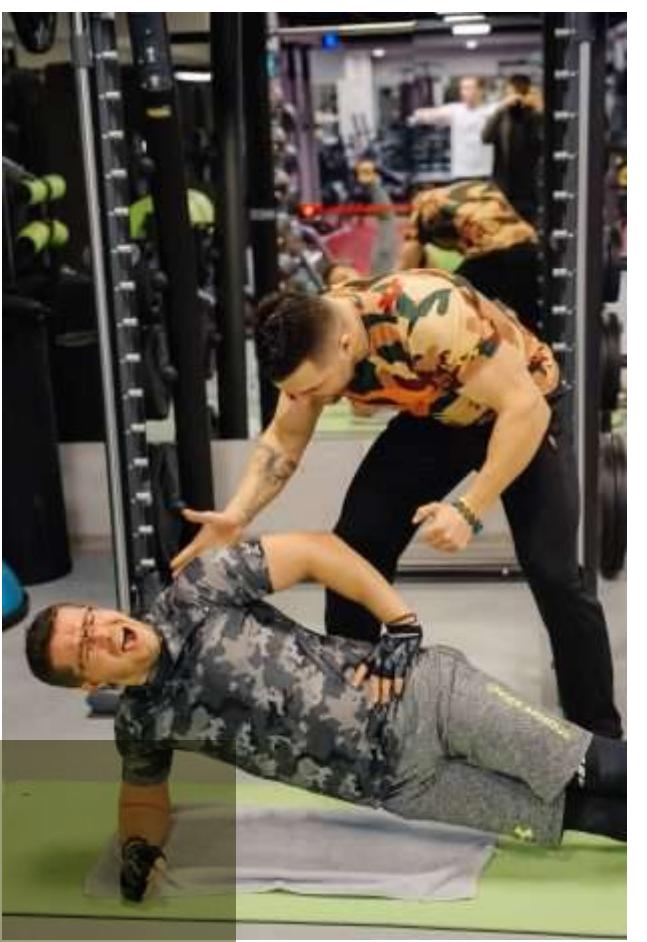
On February 23rd, in honor of Men's Day, Aquaterra Sport School organized open workshops for school pupils and their fathers. That was an amazing experience for the parents and their kids, who had the opportunity to connect and work for the first time in a team. Being the best parent is easy, when you share your time with your child doing what they love.





# Men's Day in AQUATERRA

The most brutal training of the year was held at Aquaterra Wellness and SPA on February 23rd. Functional training for real men!





# IMPACT Academies Presentation

On the 26th of January, in Aquaterra Sport School, took place the first IT class for juniors supported by the most innovative IT Academie in Moldova – Impact Academie.

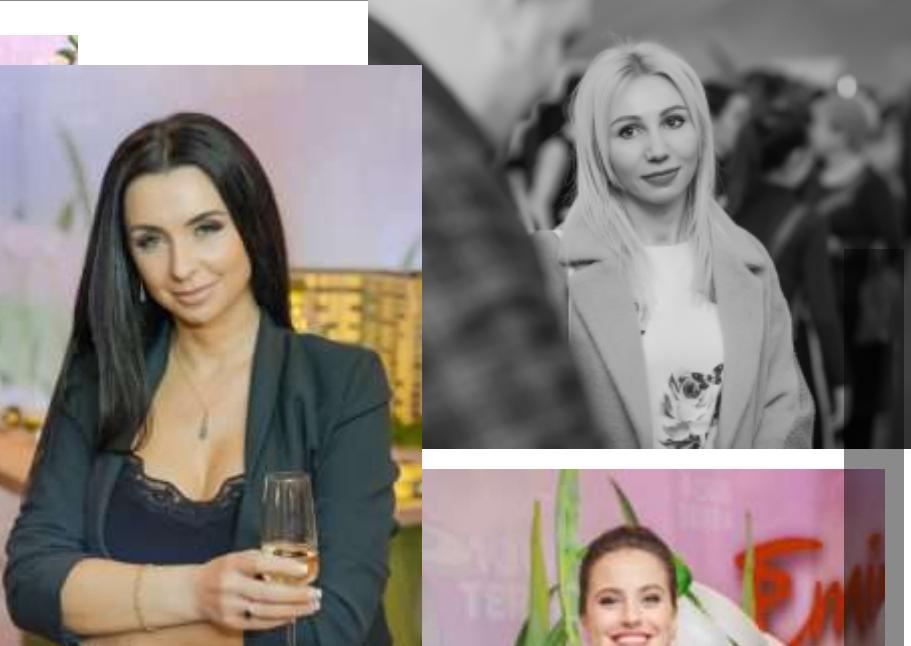
The future lies in technology, and from the sparkling eyes and interest of the young ones in the class, we are sure their future will be bright!



# EMIN Concert

On the eve of International Women's Day, on March 5th, under the patronage of Aquaterra, a concert of the famous Azerbaijani singer and composer Emin Agalarov (EMIN) was held.

The National Opera and Ballet Theater greeted the lovely ladies and guests with refreshments and champagne, beautiful atmosphere, as well as spring decorations. Spectacular music, charming EMIN and live performance made the night outstanding, and by the end, all women in the audience were personally gifted roses as a compliment from Aquaterra.







# Emin After Party

Being a member of Aquaterra is a privilege and a lifestyle. And of course our club members always get the best.

After the concert, they were invited to a private after party, where drinks were pouring, live music never ended and each guest could share their impressions with each.

EMIN personally joined the party, and our guests had the chance to thank him and Aquaterra for the great evening, take a photo and enjoy the night.

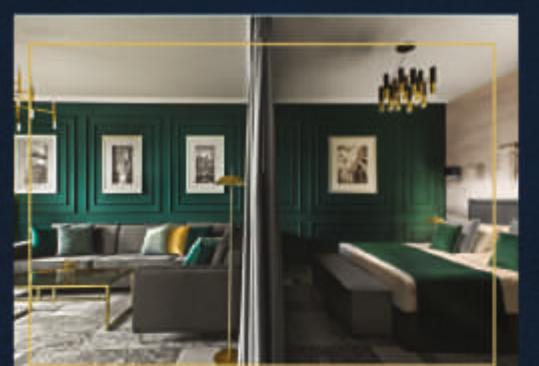




STANDARD ROOM



DELUXE ROOM



APARTMENTS

# AQUA TERRA

HOTEL & SPA

Tel.: + 373 22 005 775  
[www.aquaterrahotel.md](http://www.aquaterrahotel.md)  
Bvd. Decebal, 6/3 | Chisinau



FRONT DESK



POOL



SPA FACILITIES



FITNESS