

# KUO LEPINAMA LATVIJOJE

NUO SPA SU LAZDYNŲ VANTOMIS MAŽAME KAIMELYJE IKI PENKIŲ ŽVAIGŽDUČIŲ POILSIO KOMPLEKSO RYGOS CENTRE – TOKIOS KONTRASTINGOS BUVO ŽURNALISTĖS ANOS TREŠČINOS ŽVALGYTUVĖS PO LATVIJOS SPA.

**L**atvijos investicijų ir plėtros agentūros (LIAA) Turizmo departamento kvietimas kartu su kitų šalių žurnalistais leistas į atradimų kelionę po Latvijos SPA pasiekė mane kaip niekada laiku – nuo sėdėjimo prie kompiuterio išskaudę pečiai tiesiog maldavo masažo. Visgi ne tai svarbiausia. Ši kelionė atskleidė, kad SPA neapsiriboja plaukiojimu baseine ir kūno lepinimo procedūromis. Gera SPA kelionė – tai penas visiems pojūčiams. Skanus ir gražiai pateiktas maistas maitina ne tik kūną, bet ir sielą, o tai iš esmės kur kas svarbiau. Aplinkos

estetika veikia nepastebimai ir labai kryptingai, kai reikia susirinkti save po galvelę. Užtenka atsisėsti ant plačios palangės su vaizdu į šimtamečius medžius ar po obelimi prie pirkios, ir be jokių pastangų nugrimzti į meditaciją.

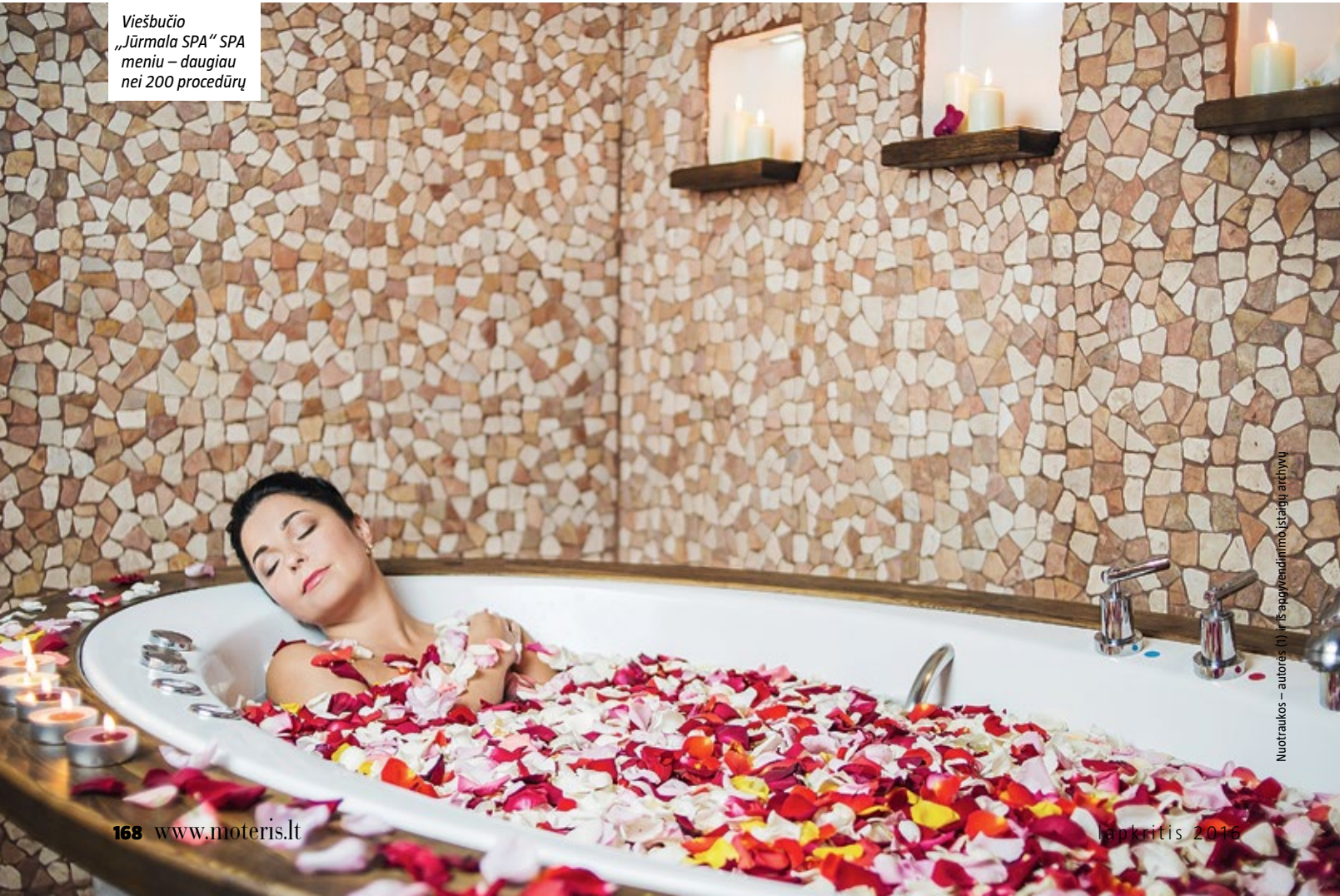
## Jūrmala

Kelionė prasideda nuo Latvijos perlo Jūrmalos. Didžiausias Baltijos valstybių kurortinis miestas ant laurų nemiega – poilsis čia tampa vis kokybiškesnis. Kaip sakė

Jūrmalos turizmo centro atstovė Laura Strazdiņa, viešbučiai, 2015-aisiais perkėlus turizmo sektoriui daug uždirbti leidusį tarptautinį muzikos festivalį „Novaja volna“ iš Jūrmalos į Rusiją, turėjo prisitaikyti prie pakitusios situacijos. SPA industrijai tai išėjo į naudą – daugelis svečius priimančių įstaigų ėmė kurti savo poilsio programas. Iš viso Jūrmaloje veikia 62 viešbučiai, 8 reabilitacijos centrai ir 15 prabangių kurorto viešbučių (angliškai ši kategorija vadinama *resort hotel*), turinčių labai platų paslaugų spektrą, tarp jų – ir SPA. ▶



Viešbutyje „Semarah Hotel Lielupe“ įrengti ir prabangūs apartamentai su didžiule terasa



Viešbučio „Jūrmala SPA“ SPA meniu – daugiau nei 200 procedūrų

Nuotraukos – autorės (1) ir (2) apgyvendinimo įstaigų archyvu



Diklių rūmų veranda buvo pati mėgstamiausia barono Paulo von Wolfo namų vieta



Sicilietis virtuvės šefas Francesko Gelo gurmaniškais eksperimentais priverčia rygiečius susiruošti vakarienės net į užmiestį

Viešbučio „Jūrmala SPA“ sporto centre – įvairios treniruotės







Viešbutis „Semarah Hotel Lielupe“ po šiemet baigtos renovacijos virto stilinga poilsio vieta



Viešbučio „Jūrmala SPA“ SPA centras – didžiulis, per kelis aukštus



Vienas tokių viešbučių – „Semarah Hotel Lielupe“. Po šią vasarą baigtos renovacijos (ji kainavo 15 mln. eurų) sovietinės architektūros pastatas tapo stilinga keturių žvaigždučių poilsio oaze toličiau nuo pagrindinės Jūrmalos arterijos Jomo (Jomas) gatvės. „Semarah Hotel Lielupe“ yra 264 kambariai, aukščiausios klasės konferencijų centras, teniso kortai. Šis viešbutis turėtų traukti ir šeimas. Vaikai čia laukiami jau prie registratūros – jiems žaidimo forma leidžiama patiems užsiregistruoti nakvynei. Ant viešbučio stogo įrengta puiki terasa su vaizdu į vos už kelių šimtų metrų plytinčius jūrą ir paplūdimį. Pajuokaujame, kad ten vykstančios vestuvės – šeimų poilsio šiame viešbutyje pradžia. Nedidukas SPA centras įrengtas šalia sporto centro, plaukimo baseino ir pirčių komplekso. Maloni laundžo (angl. lounge) stiliaus muzika ir industrinio stiliaus užuomina – neuždengti po lubomis įrengti vamzdiniai – kuria savotišką nuo-

taiką. Kosmetologė Viktorija mano pavargusių nugarą nušveičia druskos ir kanapių aliejaus mišiniu. Stambūs kristalai maloniai švelnūs, o smulkesnių lieka net nuvalius odą, tad kai meistrė daro masažą, šie mikroskopiniai šveitikliai tęsia savo darbą. Viktorija švelniai užlaužia man ranką

## GERA SPA KELIONĖ – TAI PENAS VISIEMS POJŪČIAMS.

už nugaros, tarsi būtų suėmusi nusikaltėlį (pamanau, kad visi darboholikai nusipelnė tokios mielos baudos), ir pamai-go kažkokį slaptą tašką po mente. Kai tą patį padaro po kita mente, įtampa sprando dingsta.

Antroji mūsų stotelė Jūrmaloje – vieš-

butis „Jūrmala SPA“. Ši vieta – tarsi senas geras pažįstamas. Žinai, ko gali iš jo tikėtis. Net jeigu pasirinkote nakvoti kitur, verta pakilti į vienuoliktą šio viešbučio aukštą. Joks kitas miesto baras su čia veikiančiu „Seaside“ negali varžytis vien jau todėl, kad čia pro langus atsiveria panoraminis vaizdas. Valgiaraštyje – pica ir kokteilai, bet kartais nieko daugiau ir nereikia. Mes išbandėme energijos suteikiančių deguonies kokteilį, tiesa, – ne iš baro, o iš SPA meniu. Šis – tiesiog milžiniškas, jame daugiau nei 200 procedūrų. Atitinkamas ir pats SPA centras – išsidėstęs net per kelis aukštus. Baseino langai – tiesiai į Jomo gatvę. Jei sėdėdami kavineje mėgstate stebėti praeivius, visai įdomu tai daryti ir plūduriuojant vandenyje. Jau trečią vasarą stebima tendencija sauna ir baseinu naudotis ir vasarą.

Mano sprandas viešbučiui „Jūrmala SPA“ yra labai dėkingas už karšto kalnų vaško ozokerito aplikaciją – taip giliai

Nuotraukos – iš apyvaidinimo įrašų archyvo

raumenys dar niekada nebuvo išilę. Nugarą SPA specialistė pamalonino masažu su žvake. Prisipažinsiu, buvau pamiršusi, koks masažas man skirtas, tad procedūros metu nė neįtariau, kad šiltas ir kaip šilkas švelnus skystis, slyščiojantis ant odos po masažuotojos pirštais, yra ne aliejus, o sojų vaškas. Masažui daryti naudojamos vietinės gamybos ekologiško sojų vaško žvakės. Jų galima užsižiebtį ir namuose kaip paprasčiausių, bet kas gi žino, kur link pakryps vakaras. Galbūt užsimanysite vienas kitam padaryti masažą? Tada tik šliukšt ištirpusio vaško į delnus, ir jūs jau pasirenge kelionei į malonumų sodą. SPA procedūrų sąrašas viešbutyje „Jūrmala SPA“ mažai kinta – laikas patikrino, ką svečiai mėgsta labiausiai. Šiemet didžiausia naujovė – masažas su Himalajų druska, bet, pasak viešbučio rinkodaros atstovės Agnės Grundbergos, kad ir kokia intriga būtų sugalvota, populiariausi lieka klasikiniai masažai.

## Teritorijos žvalgymas

Nuo pajūrio traukiame į Latvijos gilumą. Už 14 km nuo Rygos, netoli magistralės „Via Baltica“ ir Baltezero ežero, jau daugiau nei 20 metų veikia solidus sveikatos reabilitacijos centras „Baltezers“. Šalia įsikūręs viešbutis „Baltvilla“ su SPA salonu. Viešbučio šeiminkai didžiudamiesi pabrėžia mielai priimančius svečius su šunimis. Mūsų čia laukė gurmaniški malonumai – itališkos nuotaiškos persmelkti pietūs restorane. Sicilietis virtuvės šefas Francesco Gelo gamina taip skaniai, kad rygiečiai dėl vakarienes čia nepatingi sukarti ir keliolika kilometrų. Kartą, ieškodamas naujų kulinarinių potyrių, Francesco Gelo nukeliavo į Daniją, o ten sutiko savo gyvenimo meilę – merginą iš Latvijos, tad iš gimtosios Sicilijos, nors ir buvo atidares ten savo restoraną, persikėlė gyventi į ne tokį saulėtą kraštą. Gamindamas italas šefas stengiasi sujungti ▶

# IWOSTIN PERFECTIN PURRITIN

Nauja odos šveitimo formulė iš IWOSTIN laboratorijos

PAŽANGUS BUTELIUKAS



PROFESIONALUS RŪGŠTINIS ŠVEITIKLIS RIEBIAI IR SPUOGŲ VARGINAMAI ODAI, VEIKSMINGAI ATKEMŠANTIS IR IŠVALANTIS ODOS PORAS.

Vakare naudokite šveitiklį ant nuvalytos odos, venkite akių ir lūpų srities. Kurso metu apsaugai nuo UV spindulių dieną naudokite produktus su ne mažesniu nei 30 SPF. 3-4 savaites šveitikliu tepkitės kiekvieną vakarą, vėliau 1-2 kartus per savaitę.

78% respondentų patvirtino, kad priemonė veiksmingai šveičia odą, atkempia ir išvalo odos poras\*. 76% respondentų patvirtino, kad priemonė suteikia veido odai švelnumo\*\*.

\* Taikomieji tyrimai atlikti Nepriklausomame mokslinių tyrimų centre, įgaliotame Iwostin Laboratory, poveikis po 7\* ir 21\*\* naudojimo dienos.



SALT.IWO.16.10.0242



latvių ir siciliečių virtuvių tradicijas, tad patiekalai išties intriguoja.

Po puodelio gardaus espresso saulės nuviekestoje „Baltvilos“ lauko terasoje kaimo troba šalia kukurūzų lauko atrodo kaip tikras kontrastas. Jį ir patyrėme po pusantros valandos atsidūrusios Valmieros rajone veikiančiame „Lantus Country SPA“. Mūsų pasitikti atskubėjo du šeimininkų šunys, o pirtyje jau šutinasi visos reikiamos vantos. Tokio jų asortimento, kokį mums buvo parengę vietos pirtininkai Ugis Gruzitis ir Anta Gailisa, dar neteko regėti. Jiedu džiaugiasi, kad sodybos šeimininkas – pats pirtininkas, todėl įsirengė labai gerą pirtį. Viduje – optimali temperatūra, deguonies pakanka, priepirtyje įrengti du patogūs gultai pailsėti ir nedidelis šaltas baseinėlis. Netoliese gyvenantys Ugis ir Anta yra samdomi pirtininkai, jie įsirenginėja ir savo pirtį, bet verslu šio pomėgio paversti neketina. Pirtis – tik sau ir tiems, kurie prašo dėl sveikatos. „Mano žmona – ragana, o aš tik vanta mojuoju“, – juokauja Ugis. „Taip taip, klausykite jo. Tai Ugis – burtininkas“, – meiliai žvelgdama vyrą komplimentu apdovanoja Anta. Pora apgailestauja, kad mums neteks

išmėginti viso net penkias valandas truncančio pėrimo ritualo, bet išties pasisten-gia, kad trumpoji versija padarytų išpūdį. Kolegėms iš Olandijos ir Norvegijos latviška pirtis su vantomis – jau ir šiaip egzotika, o dar paprasčiau nusirengti nuogai. Iš persirengimo kambarėlio visos vis tiek išlenda-me susisupusios į paklodes, bet greitai es-me priverstos atsikratyti bet kokios gėdos.

## VISI DARBOHOLIKAI NUSIPELNO TOKIOS MIELOS BAUSMĖS MASAŽU.

Ritualą Anta pradeda pasemdama ilgako-čiu samčiu vandens ir paprašydama, pa-mirkius jame pirštus, sugalvoti norą. Ant karštų akmenų išpiltas vanduo sušnypti-ja ir išgaruoja. Visai nesunku patikėti, kad su garais mano noras iškeliauja į kitą dimen-siją, todėl būtina išsipildys. Tada – Antos mėgstama lazdyno vanta. Latviai lazdyną

laiko moterišku ir daug magiškų galių tu-rinčiu medžiu, o Antai labiausiai patinka, kad jo lapai – kaip delnai, dideli ir švelnūs, be to, ir labai kvapnūs. Švelniai paplakta ir susupta į paklodę einu ilsėtis ant gul-to, o, kai grįžtu į pirtį, manęs imasi Ugis. Iš pradžių – beržine vanta, o pabaigoje – verbenų. Ši, sako, padeda nuimti visą blo-gą energiją. Išplakęs paskutinį kartą tarsi užkeikimą ištaria: „Liga, lauk iš manęs, aš sveika ir graži.“ Dar reikia tris kartus su visa galva panirti į šaltą baseiną, o išnėrus iš visų plaučių surikti. Tada jau – ant gulto ilgo poilsio. Mano kūnas pulsuoja, tarsi bū-čiau tapusi viena didele širdimi. Taip gerai po pirties dar niekada nesijaučiau. Išties kaip naujai gimusi.

## Pasivaikščiėjimas po rūmus

Ryte iš kaimo mergelių tenka greitai per-orientuoti į damas, mat atsiduriame Dik-lių (*Dikļi*) rūmuose. Mus pasitikusi dar-buotoja pasiteirauja, iš kokių šalių atvy- kome. Tada ir sužinau, kad lietuviams ši vieta – dar neatrasta žemė. Išraiškingu ne-

obarokinių formų Diklių rūmai – barono Paulo von Wolfo palikimas. Viduje – daug autentiškų detalių, meno kūrinų. Visiškai pritariame teiginiui, kad čia – tarsi mu-ziejus, tik, skirtingai nei muziejuose, vis-kuo galima naudotis, pavyzdžiui, miegoti autentiškoje senovinėje lovoje, pasikurti tikrą krosnį (jų rūmuose – net 25, 3 išliko nenuniokotos sovietmečiu). Įspūdingiausi – rūmų savininko Egono Mednio apar-tamentai. Pats jis atvyksta čia bent kartą per savaitę, bet kai nebūna, nakvynę gali-ma gauti ir jo apartamentuose. Tik šie, per-spėjama, tinka ne visiems, mat medžioti mėgstantis vyras įsirengė kambarius su daugybe žvėrių iškamšų. Medžioklės tema tęsiama ir rūmuose veikiančiame restora-ne, – jeigu šeimininkas medžiojo, bus patiekalų iš žvėrienos. Šis restoranas geriausi-ų Latvijos restoranų trisdešimtuose yra 22-as. Virtuvės šefas Jānis Siliņš tuo labai didžiuojasi, juk tarp geriausiųjų – tik du restoranai, veikiantys ne Rygoje. Gurmanų simpatijas jis užsitarnavo šiuolaikiškomis improvizacijomis iš vietinių produktų: po-midorais iš savo daržo, ūkininkų triušiena ir ėriena, šviežiomis žuvimis iš netoliese

esančio Burtnieko ežero. Pagarba ekologi-jai ir gamtai Diklių rūmuose labai svarbi. Latvijoje veikia devyni viešbučiai, atitin-kantys tarptautinės aplinkosaugos progra-mos „Žalioji raktas“ nuostatas. Tarp šių retų apgyvendinimo paslaugas teikiančių vietų, kur laikomasi nustatytų aplinkosau-gos reikalavimų, yra ir Diklių rūmai. Vieš-butis teikia ir SPA paslaugas, o po poros mėnesių duris atvers renovuotas didesnis SPA centras. Procedūros su obuolių kamie-ninėmis laštelėmis ir dilgėlių aliejumi labai intriguoja apsilankyti dar kartą.

## Dizaino atradimai

Latvija geba nustebinti, – nusprendėme sutartinai, kai po ilgos kelionės per Alūks-nės rajono laukus ir ilgo dardėjimo miško žvyrkeliu staiga atsidūrėme vietoje, kuri latvius traukia kaip magnetas. Nors visai netoli Sigulda, apylinkės atrodo tarsi negyvenamos. Kai įsukame į viešbučio „Anna’s hotel“ kiemą, mūsų vairuotoja tarstelėja: „Nesuprantu, ko visi čia taip veržiasi.“ Bet vos tik praveri duris ir patenki į išdailintą modernią viešbučio aplinką, traukos pa-▶

Nuotraukos – autorės (1) ir iš apgyvendinimo įstaigų archyvų

# IWOSTIN PERFECTIN RE-LIFTIN

Nauja odos šveitimo formulė iš IWOSTIN laboratorijos

PAŽANGUS  
BUTELIUKAS



PROFESIONALUS RŪGŠTINIS  
ŠVEITIKLIS STANDUMĄ  
PRARANDANČIOS ODOS  
PRIEŽIŪRAI, PADEDANTIS  
MAŽINTI RAUKŠLES.

Vakare naudokite šveitiklį ant nuvalytos odos, venkite akių ir lūpų srities. Priemonei visiškai įsigėrus, tepkite naktinį „Iwostin Re-liftin“ arba „Iwostin Sensitia“ intensyviai drėkinantį kremą. Kurso metu apsaugai nuo UV spindulių dieną naudokite produktus su ne mažesniu nei 30 SPF. 2 savaites šveitiklių tepkitės kiekvieną vakarą, vėliau 1-2 kartus per savaitę.

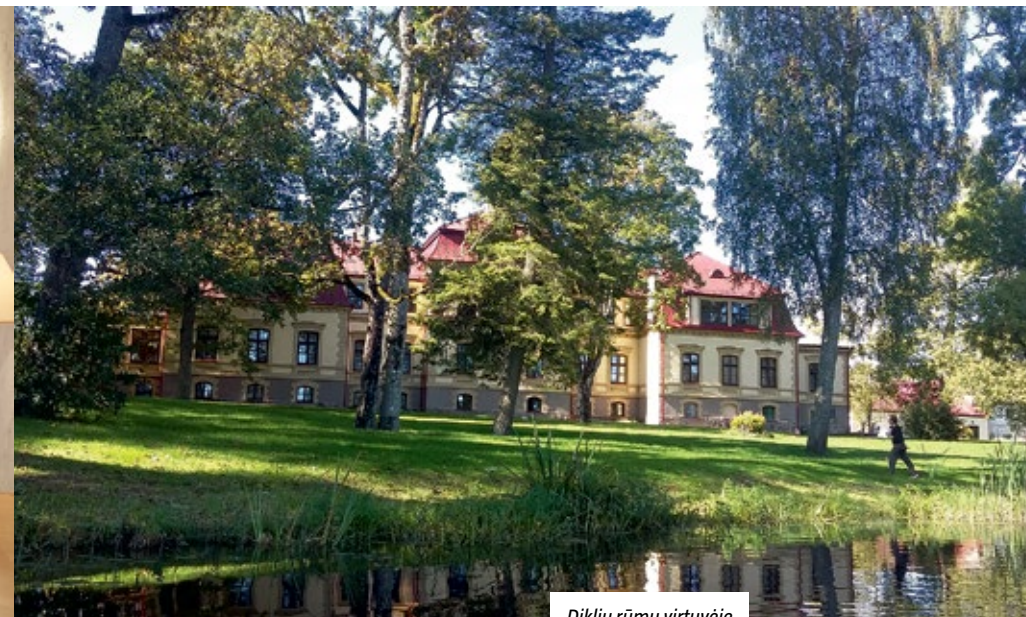
88% respondentų patvirtino, kad priemonė suteikia odai švelnumo\*  
76% respondentų patvirtino, kad priemonė mažina raukšlių kiekį\*\*

\* Talkinėjami tyrimai atlikti Nepriklausomame mokslinių tyrimų centre, įgaliotame Iwostin Laboratory, poveikis po 7\* ir 21\*\* naudojimo dienos.

IWOSTIN  
LABORATORIUM

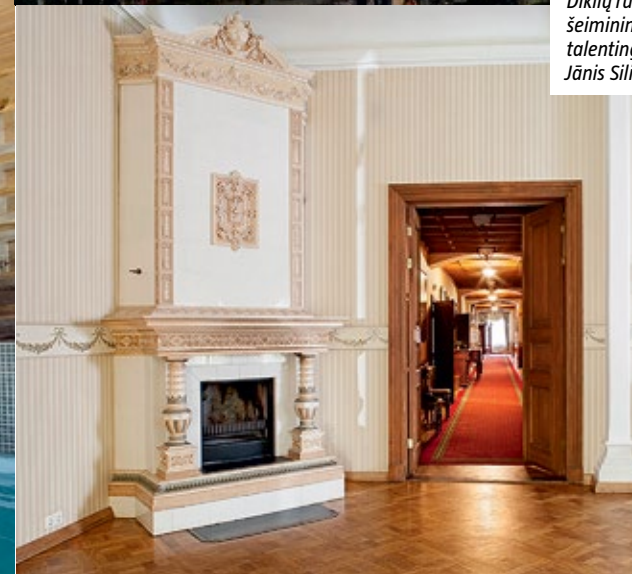
SALT.IWO.16.10.0241

Viešbutis „Baltvilla“ vilioja pailsėti prie Baltezero ežero



Diklių rūmų virtuvėje šeimininkauja talentingas virėjas Jānis Siliņš

Sodyboje „Lantus Country SPA“ puoselėjamas latviškos pirties tradicijos







Išskirtinio dizaino kategorijos viešbutis „Anna's hotel“ – žymios latvių architektės Vesmos Kontere-MsQuillan kūrinys



slaptis kaipmat tampa aiški. „Anna's hotel“ priklauso išskirtinio dizaino viešbučių (angl. *design hotels*) kategorijai. Jie atitinka reikalavimus, keliamus penkių žvaigždučių viešbučiams, bet niekada nebūna beveidžiai. Išskirtinio dizaino kategorijos viešbutis, jame pabuvis, ir norėdamas nepamiršti, nes nieko panašaus kitur nerasi. „Anna's hotel“ galėtų būti priskirtas ir butiko tipo apgyvendinimo įstaigai, nes čia – vos 9 kambariai, ir jie labai erdvūs. Žymi latvių architektė Vesma Kontere-MsQuillan, dabar gyvenanti ir dirbanti Norvegijoje, pasistengė sukurti ramų ir jaukų stilių, buvo atidi smulkiausioms detalėms ir netgi įtaisė palėpėje pasakišką lėlių namelį svečių vaikams žaisti.

Išskirtinio dizaino viešbučių turi būti stilingi ne tik vidus, bet ir eksterjeras. „Anna's hotel“ toks ir yra. XVIII a. dvaro teritorijoje vienišavęs apleistas svirnas 2009-aisiais atgimė naujam gyvenimui. Užkonservuoti pagrindinių rūmų griuvėsiai traukia akį tarsi senovės Romos liekanos. Už jų plyti landšaftinis parkas su tvenkiniais ir šaltiniais, dar toliau, per kelią, – ežeras.

Beje, dvaro pavadinimas nieko bendra su moterimi, vardu Anna, neturi. Tai tiesiog vietovės ir šalimais tyvuliuojančio ežero pavadinimas.

Lėtai kopiant liepų alėjomis į viršų smagu fantazuoti, kokia didybė stovėjo ant kalvos, kai čia šeimininkavo Vilhelmas von Fermoras, – valdas už nuopelnus jam

## ANT KARŠTŲ AKMENŲ IŠPILTAS VANDUO SUŠNYPŠČIA, VIRSTA GARAIŠ IR NUNEŠA BURTUS Į DANGŲ.

padovanojo Rusijos imperatorė Jelizaveta. Gumbuotoms, tarsi artrito suriestoms liepoms – daugiau nei 200 metų. Jos pasodintos vėliau, nei čia įsikūrė pirmieji šeimininkai. „Mūsų klausia, ką pas jus veikti? Atsakome – neveikite nieko, – juokauja

administratorius Aldis. – Iš pradžių norėjome, kad viešbutyje nebūtų nei televizorių, nei interneto, bet paskui supratome, kad tada neturėsime nė vieno svečio.“ Visgi, kai aplink ir viduje tvyro tokia ramybė, interneto net nesinori. Geriau sėdėti papietietis ant plačios medinės palangės ir grožėtis peizažu. Arba išeiti ryte pabraižyti po rasotą žolę. Parke – ir meno kūrinių, ir peizažo negadinantis šiltnamius, kuriame lėtojo maisto koncepcijos restoranui auginamos daržovės bei prieskoniai, o žuvų pasigaunama iš prūdo. Maistas restorane „Kannas“ – tiesiog dieviškas, pagamintas iš vietinių produktų. Netgi madingosios bolivinės balandos – iš aplinkinių laukų. Virtuvės šefas Janis Eislers gamina tarsi stebukladarys. Ypač pusryčiai dar kartą primena, kad esi išskirtinio dizaino klasės viešbutyje. Kiekvienas sumuštinukas čia – tarsi meno kūrinys.

Viešbutio SPA centras nedidelis, bet puikiai įrengtas. Procedūras reikia užsisakyti iš anksto – prieš penkias dienas, o, jei vizitą numatote savaitgalį, – net prieš mėnesį. Centro masažuotoja Diana patikina,

Nuotraukos – autorės

kad po atpalaiduojamojo masažo karštais akmenimis būsiu rami visą savaitę. Taip ir nutinka.

### Slapti Rygos perlai

Paskutinė mūsų kelionės stotelė – Ryga. Viešbutis „Gallery Park Hotel“ įtiko net britų muzikos žvaigždei Robbie Williamsui. Po šios žinios per Napoleono III stiliumi įrengtą vestibulį tipename kone ant pirštų galų. Ampyras ne kiekvienam gali būti prie širdies, mat šis stilius tamsus ir sunkus, bet autentiškumas paperka. Dar labiau – idealios lovos su specialiai užsakytais britiškais čiužiniais, rankų darbo pagavėmis bei satino patalyne. Ši aukščiausios klasės apgyvendinimo įstaiga restauruotame XIX a. pastate duris atvėrė prieš 7-erius metus. Pačių prabangiausių, imperatoriškųjų, apartamentų interjeras gniaužia kvapą, beje, kaip ir kaina – viena naktis atsieina 1820 eurų. Tai ištis pati brangiausia nakvynė Latvijoje.

Viešbutio SPA nedidelis, bet veikia be išieginų. Jame dirba aukščiausios kvalifikacijos meistrai, naudojama brangi prekų ženklų „Carita“ ir „Thalgo“ kosmetika. Žiauriausia, kaip pajukauja kolegė Natalja iš Estijos, – kad kambariuose yra ir svarstyklės. Su baime užlipu pasverti su-

valgytų gurmaniškų patiekalų, bet skaičiai nuramina – be streso suvalgytas maistas turbūt neina į kūną. Viešbučio barą „Gallery Bar“ verta įsidėmėti visiems Rygos naktinėtojams – ši pačioje miesto širdyje esanti vieta veikia visą parą. Visgi darbo valandos – ne didžiausias privalumas. Visa esmė – atmosfera, kurią kuria art deco stiliaus elementai, o vasarą svečiams atviras nuostabus vidinis kiemelis. Viešbučio restoranas „Renommé“ – vienas geriausių Rygoje, 2014-aisiais jis buvo patekęs į geriausių Europos restoranų penkiasdešimtą – užėmė garbingą 5 vietą. Čia prie vakarienių patiekalų užsisakome latviško „Vina Celš“ rabarbarų vyno. Rislingą primenantis kvapnus sausas vynas vertas pagyry. Pietums Latvijos investicijų ir plėtros agentūros Turizmo departamento atstovė Lelde Benke parenka dar vieną nuostabią vietą – kavinę „Pagalms“. Ypač smagu buvo sėdėti kavinės lauko terasoje, nors ir rizikavome gauti per galvą žemėn krintančiais kaštonais. Senose teniso kortų persirengimo patalpose įrengta kavinė – viena stilingiausių, madingiausių ir ne itin brangių Rygos vietų užkasti. Plepama, kad „Pagalms“ netgi susijusi su buvusio Estijos prezidento Toomo Hendriko Illveso ir jo žmonos Ievos meilės istorija. Šiaip ar taip, avokadų desertas buvo ištis labai skanus. ■



Naktinėtojams verta įsidėmėti visą parą veikiantį viešbučio „Gallery Park Hotel“ barą, o dieną smagu papietietis netoliese esančioje madingoje kavinėje „Pagalms“



# IWOSTIN PERFECTIN LUCIDIN

Nauja odos šveitimo formulė iš IWOSTIN laboratorijos

PAŽANGUS BUTELIUKAS



PROFESIONALUS RŪGŠTINIS ŠVEITIKLIS ODAI SU PIGMENTINĖMIS DĖMĖMIS PAŠVIESINANTIS IR SUTEIKIANTIS VIENODESNĮ ODOS ATSPALVĮ.

Vakare naudokite šveitiklį ant nuvalytos odos, venkite akių ir lūpų srities. Kurso metu apsaugai nuo UV spindulių dieną naudokite produktus su ne mažesniu nei 30 SPF. 3-4 savaites šveitikliu tepkitės kiekvieną vakarą, vėliau 1-2 kartus per savaitę.

74% tiriamųjų patvirtino, kad priemonė po 7 dienų pašviesina odą\*. 78% tiriamųjų patvirtino, kad priemonė mažina hiperpigmentaciją ir odos atspalvis tampa vienodesnis\*\*.

\* Taikomieji tyrimai atlikti Nepriklausomame mokslinių tyrimų centre, įgaliotame Iwostin Laboratory, poveikis po 7\* ir 21\*\* naudojimo dienos.



SALT.IWO.16.10.0243