

# Zen Zone: Odpotuješ, narediš pa še nekaj zase

Zen Zone, prva slovenska agencija, ki organizira zdravilna potovanja po Aziji, kmalu tudi Evropi.

Jana Zupančič Grašič

ned. 13.12.2015. 18:00

NEDELO

Da pobegnemo vsakodnevni rutini in si polnimo izpraznjene baterije med odkrivanjem dežel in življenja na tujem, je zdravilno že samo po sebi, kakor kažejo trendi in napovedi Svetovne turistične organizacije, pa čedalje več ljudi potuje in bo potovalo prav zato, da si okrepijo ali izboljšajo zdravje. To sta spoznali tudi sestri **Neja** in **Lara Garvas** in ustanovili agencijo za prav takšna, »zdravilna« potovanja.

Leto, ki se izteka, v turizmu velja kot prelomno za zdravstveni in velnes turizem. Ne le da se po svetu odpirajo ministrstva ali direktorati za velnes – v Indiji se je, na primer, že lani ministrstvo za jogo in ajurvedo odcepilo od ministrstva za zdravje in zdaj nadaljuje samostojno pot –, ampak vztrajno narašča tudi število ljudi, ki potujejo zato, da bi si okrepili zdravje in imunski sistem, zmanjšali telesno težo, si povrnili energijo ... Svetovna turistična organizacija ugotavlja, da bo prav ta segment turizma v prihodnjih petih letih skokovito rasel, v povprečju za skoraj deset odstotkov na leto, dvakrat hitreje kot druge vrste turizma, so podatke nanizali v Nea Culpi ([nea-culpa.si/sl](http://nea-culpa.si/sl)), agenciji za marketing v turizmu.

»Ljudje smo se začeli zavedati, da je preventiva precej cenejša kot kurativa. Ajurveda in velnes sta namenjena prav temu,« je pritrdila Neja Garvas, ki se je s sestro Laro, s katero potujeta že od mladih nog, konkretno odzvala na omenjene trende. »Bila sem vodja najrazličnejših potovanj; avanturističnih, klasičnih, pohodniških ... Ugotovila sem, da se ljudje domov vračajo preveč utrujeni. Sicer veliko vidijo, a bi po vrnitvi zaradi prenatrpanega turističnega programa potrebovali še teden dni dopusta, da bi si odpočili,« je pojasnila izhodišče za posel. Vse to jo je počasi napeljalo k ideji o agenciji Zen Zone ([www.zenzone.si](http://www.zenzone.si)), katere cilj je, da se človek na potovanju dejansko sprosti, spočije in naredi še nekaj zase oz. svoje zdravje.

»Da torej ni edini način potovanja tak, da obiščeš čim več turističnih znamenitosti, ampak da je tudi potovanje zaradi sebe in za sebe še kako pomembno. In če se umaknemo daleč stran, lahko to naredimo še bolj učinkovito, saj smo doma ujetniki rutine, na potovanjih pa imamo neki nov ritem, še zlasti če nas pri tem vodijo. In naši gostje imajo vodenje, saj jih v resortih usmerjajo zdravniki specialisti.« A kakor poudarja, gre za potovanja, na katerih se predvsem uživa. »Namenjena so ljudem, ki se ubadajo z novodobnimi težavami, kot so izgorelost, stres, čezmerna teža, prehitro staranje ...« Ker je pri teh težavah izjemno učinkovita ajurveda, sta se sestri lotili iskanja primernih nastanitvenih lokacij v njeni zibelki, v Indiji in na Šrilanki, pa tudi na indonezijskem Baliju, saj ima ta eno najboljših spa ponudb na svetu.

## Razvajanje v izkušenih rokah

Kako je torej videti takšno potovanje? »Ker si želimo, da je gost v zenu od trenutka, ko pomisli na potovanje, zanj organiziramo popolnoma vse – od vizuma do letalske vozovnice –, svetujemo glede najbolj ustreznega paketa oziroma hotelskega kompleksa, resorta, saj jih imamo v ponudbi kar nekaj, poskrbimo tudi za vso logistiko in izvedbo. Ko gost prileti v tujino, ga na letališču pričaka oseba iz resorta. Nato se – če gre za Indijo ali Šrilanko – sreča z zdravnikom, ki mu po pregledu in pogovoru določi najprimernejši tretma. Ajurvedski paketi so posebni v tem, da nihče nima enakega programa kot kdo drug, ker je ta način zdravljenja zelo individualen; vsak človek je zgodba zase, zato vsakemu ustreza drugačen način zdravljenja. Nato se začne: pred zdravim zajtrkom je na programu joga, nato tretmaji – dve do tri ure masaž na tisoč in en način, vsaka za svoj namen –, nato kosilo, do večerje še ura meditacije.« V to rutino, pravi Garvasova, človek zelo hitro pade, saj je prijetna in zanimiva, za popestritev pa so na voljo kuharski tečaji, predavanja o zdravem načinu življenja, ogledi zeliščnih vrto, obiski bližnjih lokalnih znamenitosti in drugo.

Za tiste, ki s seboj vzamejo družino, ali si želijo vseeno bolje spoznati tudi deželo, kamor pridejo počitnikovat, je primernejši Bali; ne le zaradi spa ponudbe, ampak zaradi programov, ki so sestavljeni tako, da poleg razvajanja vključujejo tudi spoznavanje lokalnega okolja in navad z obiski templjev, tržnic in okoliških krajev, »kar je zanimivo tudi otrokom«. Kakor pravi Garvasova, so to sicer »krasna potovanja za prijatelji, da se posvetita druga drugi, veliko zanimanja je med mamami in hčerkami, vendar je priporočljivo tudi, da se ljudje na tako pot odpravijo povsem sami. Le tako se popolnoma spočijejo, končno preberejo zeleno knjigo, se posvetijo sebi in so zato tudi veliko bolj dovtetni za vse novo.«

## Ko krajši oddih ne pomaga

Med potniki tako prevladujejo aktivni ljudje, »ki ugotovijo, da morajo odpotovati daleč stran od vsakodneвне rutine, da res pozabijo vsakodnevni stres in dril«, je profil svojih strank opisala mlada Ljubljanka in zatrdila, da zato sicer visokokakovostnih storitev zdravstvene preventive, selfnessa in medicinskega velnesa v Sloveniji niti ne šteje za konkurenco. »Mi se razlikujemo tudi po tem, da ponujamo novo izkušnjo na drugem koncu sveta, ki ima zato še veliko večji učinek.« Med potniki agencije Zen Zone je za zdaj več žensk, ki se največ odločajo za program razstrupljanja in antistresa, pri čemer je po zahtevanju Garvasove ajurveda zelo uspešna. Pa tudi pri hujšanju: »V resortu zdravo, torej počasi in nadzorovano izgubiš nekaj kilogramov, naučijo pa te razmišljati, kako se prehranjevati po vrnitvi domov, pomagajo sestaviti idealni jedilnik, ki omogoča dolgoročno ohranjanje primerne telesne teže.«

## V načrtih širitev ponudbe

Takšna potovanja so zato, zatrjuje Garvasova, dolgoročna naložba vase, v zdravje, so pa zaradi vseh vključenih storitev v primerjavi s klasičnimi agencijskimi tudi nekoliko dražja. V Zen Zonu sicer že gledajo naprej in kujejo načrte. »Ljudje, ki si ne želijo potovati tako daleč ali pa si lahko privoščijo le nekajdnevna potovanja, nas že čakajo za rokav za ponudbo kje bližje. Zdaj raziskujemo Italijo, zlasti Toskano, ki pride na program spomladi, pa Avstrijo in Dolomite, spogledujemo se tudi s Turčijo in tamkajšnjimi odličnimi zdravilnimi tretmaji. Naša želja je prav tako Japonska, saj je to domovina zena, imajo pa tudi učinkovite zdravilne vrelce. Zanimajo nas, skratka, destinacije, ki so znane po svoji učinkoviti tradicionalni medicini ali visokokakovostni ponudbi velnesa.«