

Volta

Greek-English Edition
NORTH

Living essence
www.e-volta.gr

INTERVIEWS

Kostis Georgiou
Petros Doukas
Sven Oda

The FIRST
Four
Seasons
experience of the
ATHENIAN
RIVIERA

Fashion Resort-wear
At La Plage de
CHANEL

L'Art de la
Table

CULTURAL DIPLOMACY

Bridging
the gaps

PSYCHOLOGY

Mummy
Burnout

THE GOLDEN
LADY OF FASHION
ALICE DIKAIYOU

TRAVEL

Eternal SPARTA / Byzantine city-castle of MYSTRAS



euphoria
RETREAT

A JOURNEY OF "INDUCTION"
INTO THE WORLD OF

Holistic well-being

Ένα ταξίδι «μύησης»
στην ολιστική ευζωία

Με φόντο τον επιβλητικό Ταΰγετο και με ορίζοντα τους Λακωνικούς κάμπους, το Euphoria Retreat τα συνδυάζει όλα. Το μυσταστική αύρα του Μυστρά, το πνεύμα του Ιπποκράτη και τη Zen ατμόσφαιρα. Εδώ, η συνειδητότητα μπνίει σε μια διάσταση «μύησης» στην ολιστική ευζωία. Ο ταξιδιώτης καλείται να ανακαλύψει την εσωτερική του «αρμονία», να «θεραπευθεί» σε ένα new age Ασκληπιείο, να αναγεννηθεί αποκτώντας «εσωτερική γαλήνη», να «καθαρωθεί» από τις τοξίνες της ζωής στην πόλη, να «θρέψει» το σώμα του ενώ γεύεται πεντανόστιμα γεύματα υψηλής μεσογειακής γαστρονομίας και να αφεθεί στην απόλυτη φροντίδα των ανθρώπων του Euphoria Retreat.

Ένα προσωπικό ταξίδι μετασχηματισμού - Μια αυθεντική θεραπευτική φιλοσοφία

Το Euphoria Retreat είναι το «ιδανικό μέρος για να χαλαρώσετε, να επαναπροσδιορίσετε τη σχέση ανάμεσα στο μυαλό και το σώμα σας και να ανακαλύψετε τον εαυτό σας. Η ολιστική προσέγγισή του λειτουργεί ως διαδικασία μετασχηματισμού σε όλα τα επίπεδα, αποκαθιστώντας τη σωματική, συναισθηματική, και πνευματική ισορροπία. Ένας ροιδιασμένος συνδυασμός αρχαίων πρακτικών θεραπείας και φιλοσοφίας, υπόκειται ουσιαστική αλλαγή ζωής με βαθύ συναισθηματικό μετασχηματισμό. Η χαρισματική ιδιοκτήτρια Μαρίνα Εφραιμογλου, πρώην τραπεζίτης και ψυχιάτρια της ζωής και του καρκίνου, ειδική στο Emotional and Physical Transformation, μια συναισθηματική και σωματική τεχνική μέσα από ένα ταξίδι αυτογνωσίας που η ίδια διδάσκει, βοηθάει τους ανθρώπους να ξαναβρούν τη χαμένη γαλήνη και αρμονία στη ζωή τους, ανακαλύπτοντας τον πραγματικό εαυτό τους.

Σαράντα πέντε δωμάτια και σουίτες προδιαγραφών πεντάστερου ξενοδοχείου και ένα εντυπωσιακό τετραώροφο υπόσκαφο spa με μια επιβλητική σφαιρική εσωτερική πισίνα, εμπνευσμένη από τον θόλο της Αγίας Σοφίας, διαθέτει οθωμανικό - βυζαντινό χαμάμ, σάουνα, tepidarium και ειδικά διαμορφωμένους χώρους θεραπειών. Το Euphoria Retreat επιπλέον διαθέτει εξωτερική πισίνα και χώρους γυμναστικής για Yoga, Pilates και TRX.

Μια επιστημονική προσέγγιση για την ευεξία

Μέσω της μέτρησης της οξειδωσυνγωγικής κατάστασής σας, η ομάδα των ειδικών του Euphoria Retreat, μπορεί να προσαρμόσει την άσκηση και τα γεύματά σας με ακρίβεια στις ανάγκες του σώματός σας. Με την εφαρμογή μιας κατοχυρωμένης τεχνικής που ονομάζεται 3GL, μιας εξατομικευμένης φαινοτυπικής παρέμβασης για την υγεία που βασίζεται στη διατροφή και την άσκηση, η υποστήριξη της αντιγηραντικής και της μεταβολικής ευεξίας, γίνεται το τελικό τρόπαιο.



Offering an unimpeded view to the Lakonian plains, with the imposing Mount Taygetos on the background, Euphoria Retreat combines the mystical aura of Mystras, the spirit of Hippocrates, the Spartan soul, and Zen atmosphere. Here, the traveler enters a dimension of "induction" to holistic well-being. Guests are required to find "inner harmony", to be "healed" in this new Age Asklepion, to experience rebirth from a well of "inner peace", to be "purified" of the toxins of life in the city, to "nourish" their body while consuming tasteful delicacies of high Mediterranean gastronomy and to surrender themselves to the utmost care provided by the people of Euphoria Retreat.

A journey of personal transformation - An authentic healing philosophy

Euphoria Retreat is the perfect place to relax, to redefine the relationship of your mind with your body and to reinvent yourself. It's holistic approach works as a multilevel process of transformation, restoring physical, emotional, mental and spiritual balance.

A unique blend of ancient healing practices and philosophies, it promises meaningful life change with deep emotional transformation. Euphoria's charismatic owner Marina Efraimoglou, a former banker and survivor of cancer, is a master in Emotional and Physical Transformation, and holds sessions herself, helping people go through a journey of self-awareness, in order to regain the lost peace and harmony in their lives, and rediscover their true self again.

With forty five, five-star hotel rooms and suites, as well as an impressive four-floor cave spa with an imposing, spherical indoor swimming pool, inspired by the dome of Hagia Sophia, the Euphoria retreat features an Ottoman-Byzantine hammam, sauna, tepidarium and especially designed therapy rooms. Furthermore, there is an extra outdoor pool and fitness areas for Yoga, Pilates and TRX.

A scientific approach to wellness

By measuring your redox status, the Euphoria Retreat team of experts can tailor your exercise and meal plan to your body's precise needs. Through a patented technique called 3GL, a personalised phenotypic health intervention based on nutrition and exercise, the support of anti-aging and metabolism wellness, becomes the ultimate trophy.

Georgios Stakianakis Photography





Το Euphoria Retreat είναι το ιδανικό μέρος για να χαλαρώσετε, να επαναπροσδιορίσετε τη σχέση ανάμεσα στο μυαλό και το σώμα σας και να ανακαλύψετε τον εαυτό σας.

Euphoria Retreat is the perfect place to relax, to redefine the relationship of your mind with your body and to reinvent yourself.