

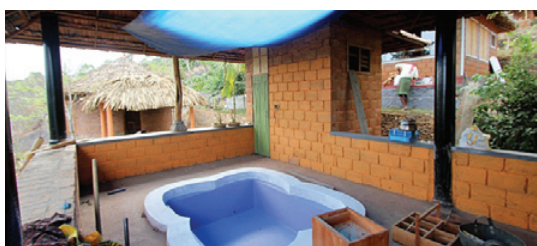


MYND: ÁLVUR HARALDSEN

Marit H. Petersen snýr seg um útreinsan. Tað merkir eitt nú, at gestirnir ikki fá mat, sum vit kenna frá hotellum og frítíðarstöðum uttanlands.

– Á You and Nature Resort hava vit tað, sum vit kalla detokserandi kost. Tað vil siga matur, ið er við til at reinsa kroppin, og tað er til dømis rís, grýn, urtir, grønnmeti og frukt, sigur Lis Helgadóttir, sum sjálv livir rættiliga vegetarískt. Gestirnir kunnu eisini fáa ayurvediska viðgerð á heilsustaðnum.

– Næstan það hafa törv á vætu til kroppinn, og það kann mann fáa við á fara í oljubað við urtum hálvannanantíma hvönn dag, greiðir Lis Helgadóttir frá. Sum coach og við stóra áhuga fyri hjartahealing leggur Marit H. Petersen dent á, at gestirnir eisini kenna seg væl fyri sálarliga, tá upphaldið á heilsustaðnum er liðugt.



Ætla føroyska heilsubygd

Tey, ið halda, at tað er í so langt at fara til India á heilsufremjandi feriu, hava kortini møguleika at verða sunn upp á henda mátan.

– Vit hava ætlanir um at gera eitt heilsustað í Føroyum, og møguliga fer tað at vera longu nú í summar í Mykinesi. Vit hava hús í Mykinesi, sum

