



פינוק
ניצניית סופר, טלי הרדאבל



מימין: רמת גן-תל אביב בניחוח חו"ל. מלון אינדיגו משמאל למעלה: ארוחה מותאמת לספורטאים. מסעדת מארג משמאל למטה: נופש רוחני וגופני. העיגול הפנימי

הצפון. לאחרונה החל שיתוף פעולה בין "מארג" לשתי קבוצות ספורט חזקות בישוב: ליגת האמהות בכדורשת "מאמאנט" ו"רצי כפר ורדים". בליווי דיאטנית קלינית נבנה תפריט בריאות חדש המותאם לספורטאים וכולל ארוחת בוקר עתירת חלבונים המומלצת לארוחה שלאחר האימון, וארוחה חמה ועתירת פחמימות המתאימה לפני האימון.

מחיה: מ"מ 23 שקל, maarag.org.il

העיגול הפנימי

א יריס ורמי סמסון ממושב עין עירון הסמוך לפרדס חנה הפכו את מתחם הצימרים שבבעלותם, "העיגול הפנימי", למקום אירוח עם ערך מוסף. אפשר לזכות בו לנופש חווייתי, רוחני וגופני. איריס היא מנחת קבוצות ומטפלת בדמיון מודרך, ורמי מטפל בשיאצו ובצמחי מרפא. לצוות המעניק טיפולים וסדנאות בעת האירוח (בישול משותף, תזונה נכונה, טיפולים הדדיים) חברו כמה אנשי מקצוע, בהם גיסם עופר קיס, פיזיולוג ומאמן גופני, ואילה פישביין, נטורופתית העובדת עם הורים וילדים בתחום הגוף נפש. המתחם ובו צימר ווילה מרווחת מחובר לטבע ולסביבה, מוקף גן אקולוגי מטופח עם ערוגות ירקות וצמחי תבלין, וגם פינוקים כבריכת שחייה ו"קוויזי" מדובר בחוויה בריאותית המשלבת אווירה של רגיעה. עוד במושב, בתי עסק עצמאיים שבהם אפשר לרכוש שמן זית משובח או שיכר פסיפלורה וקוסמטיקה טבעית מבית "לבנדר" המיוצרת בעבודת יד.

מחיה: מ"מ 2,000 שקל לתוכנית של שני לילות, כולל ארוחת בוקר, icvilla.co.il

מלון אינדיגו

לב מתחם הבורסה ברמת גן שוכן מלון הבוטיק אינדיגו. כל פרט במלון החדש מעוצב, אפילו ספרי האמנות בספריית הלובי נבחרו בקפידה. אפשר ליהנות במלון ממגוון טיפולי ספא, מהלאונג' בר ומהבריכה הקטנה על הגג שמגודר בקיר שקוף לגמרי וממנו משקיפים בהנאה על תל אביב ההומה. עיצוב החדרים מחדר יוקרה - קיר אחד (כולל הארון) מחופה במראות משובצות, קיר אחר מעוטר בציור אורבני והטלוויזיה מקובעת עליו, המיטה רחבת ממדים, יש מטבחון עם מכונת קפה ומיני בר, אינטרנט חופשי וכספת. ארוחת הבוקר מוגשת בסגנון בופה והיא עשירה, מוקפדת וטעימה מאוד. גם מי שאינו מתארח במלון מוזמן, בתשלום, לאכול ארוחת בוקר, צהריים או ערב או לארגן אירועים על הגג. זהו מלון עם ניחוח של חו"ל שפונה לזוגות ישראלים, אך מכיוון שמגיעים אליו אנשי עסקים מכל העולם, יש בו יתרונות בלעדיים לאורחים. למשל, שירותים שניתנים 24/7 לנוחתים בלילה או לסובלים מג'ט לג כמו שירות חדרים מביסטרו המלון למי שרעב דווקא בארבע לפנות בוקר או חדר כושר שפתוח למתעמלים גם באמצע הלילה.

מחיה: מ"מ 1,190 שקל ללילה, telaviv.hotelindigo.com

מארג

סעדת "מארג" בכפר ורדים ממוקמת בתוך מרכז תעסוקתי שיקומי מוגן ומשמשת כעסק חברתי. הכנסות המקום מועברות לשיפור איכות חייהם של אנשים עם צרכים מיוחדים המטופלים בעמותת כוכב

צילומים: איתי סיקולסקי, אמיל סוויד, מרינה וסרמן