

SPA & BENESSERE



HORSE COUNTRY RESORT DI ARBOREA

A CAVALLO CONTRO LA CELLULITE

Rimettersi in forma divertendosi: chi non lo ha sempre sognato? Diciamo che la palestra è noiosa, correre stanca, i circuiti di cross fit sono ripetitivi... La nuova idea di Horse Country Resort di Arborea (OR), vero paradiso delle vacanze a cavallo, ha messo a punto un programma entusiasmante di remise en forme, che promette risultati strepitosi e, in più, regala autostima, benessere e buonumore. Si tratta di un pacchetto urto da una settimana e che prevede l'integrazione tra attività ed escursioni in sella e trattamenti beauty all'interno della Spa del Resort. Da integrare con passeggiate nella pineta e lunghe nuotate in mare, il tutto unito al relax assoluto di un breve soggiorno in uno degli angoli più incantevoli della Sardegna: la selvaggia costa occidentale. Horse Country Resort, come suggerisce già il suo nome, vede nella vacanza a cavallo il focus delle proprie proposte. Il pacchetto "In forma in sella" è composto da più attività mirate alla riduzione della cellulite ma anche della circonferenza di vita, glutei e cosce, aumentando nel contempo il tono muscolare. Appena scese dal cavallo si passa al trattamento nel centro benessere, partendo dal percorso biomarino (vasche e idromassaggio) con spa di 45 minuti. Si conclude col trattamento lipoactive da 50 minuti. **Info: www.horsecountry.it**

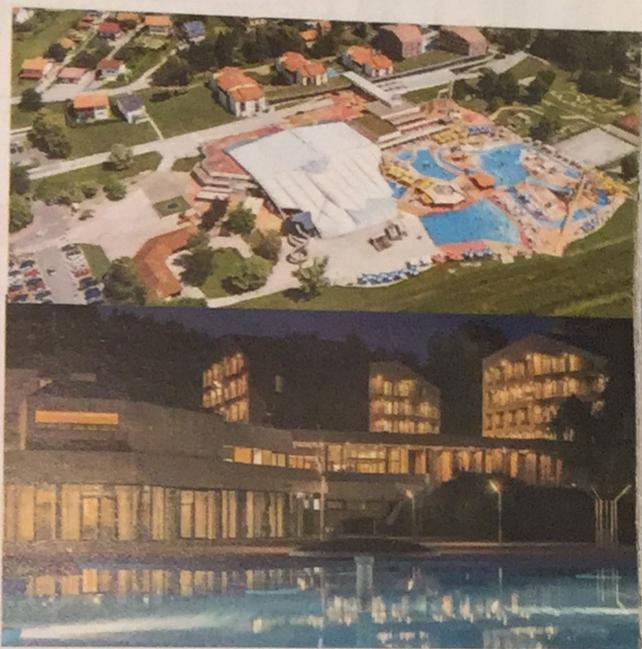
IL GIARDINO DELL'EDEN

È difficile immaginare qualcosa in grado di avvicinarsi al leggendario giardino dell'Eden più del trionfo della natura che per 30 mila metri quadrati abbraccia l'**Alpenpalace Luxury Hideaway & Spa Retreat** di San Giovanni, in Valle Aurina, Alto Adige (BZ). Quella che riempie gli occhi e conquista i sensi di chi arriva non è una semplice area verde, ma un regno di rifioritura delle emozioni, prima ancora che delle piante e dei boccioli. Quasi che la vocazione al benessere avesse contagiato ogni singolo filo d'erba, questa oasi naturale prende vita e cambia forma, lasciando ai profumi e alle ombre di alberi e piante il compito di ridefinire i percorsi a seconda delle stagioni: il giardino, la grande piscina riscaldata anche d'inverno e dove d'estate vengono serviti i pasti, poi l'idromassaggio, le sedute attorno al fuoco contemplando la bellezza delle cime. La Valle Aurina vanta almeno 80 cime alte più di 3.000 metri, e da molte vette scendono meravigliose cascate. **Info: www.alpenpalace.com**

UN'ESTATE DI ESPERIENZE UNICHE ALLE TERME TUHELJ

Le Terme Tuhelj sono un piccolo paradiso di relax e divertimento situato tra le colline dello Zagorje, regione della Croazia continentale rinomata per le sue acque termali e per le coltivazioni di vite. Proprio qui, dove il verde della natura incornicia il panorama, sorgono le strutture del polo termale tra cui l'**Hotel Well****** e il **Water Planet**, il complesso di piscine indoor e outdoor con acqua termale più grande della Nazione. Un luogo dove contemporaneità e tradizione si fondono per regalare sia alle coppie che alle famiglie un'esperienza di soggiorno memorabile. In particolare durante l'estate che, grazie alle sue lunghe e calde giornate, permette di sfruttare tutte le attrazioni del centro termale, dal sorgere del sole al tramonto. Per la stagione 2019 Terme Tuhelj ha pensato a 3 grandi novità e ad una speciale rassegna di eventi, l'ART&SPA Festival, per soddisfare in modo ancora più completo i propri ospiti. **L'ART&SPA Festival** è una vera festa che durerà per tutta l'estate 2019 e che prevede 22 eventi a tema "Art&Fun" - previsti ogni sabato e domenica presso il Water Planet e che arricchiranno i pomeriggi di nuove esperienze d'intrattenimento, musicali, sportive e ludiche - 9 tra concerti e degustazioni "Art&Wine" e 30 workshops "Art&Spa" per bambini. A questo si aggiunge il ricco programma di animazione "Splash animation" che renderà la vacanza ancora più divertente grazie a camminate in mezzo alla natura, lezioni di pilates, spettacoli teatrali, show musicali, quiz, giochi di squadra e molto

altro. Oltre al ricco festival di eventi, Terme Tuhelj ha rinnovato le attrazioni del parco acquatico e sviluppato delle proposte per il wellness in famiglia. Per godere di tutte queste proposte in un'ambiente rilassato è possibile prenotare scegliendo il pacchetto "All inclusive light". **Info: www.terme-tuhelj.hr/it**



VI CONSIGLIO



DI RITA BERTAZZONI

TERME DI SATURNIA SPA & GOLF RESORT

Fiore all'occhiello della Maremma, Terme di Saturnia è una tappa obbligata per chi desidera una vacanza di totale rigenerazione. 120 ettari di benessere, sviluppati intorno alla sorgente millenaria, fanno di questo esclusivo resort la "Natural Destination" più famosa d'Italia che, proprio quest'anno compie 100 anni e celebra l'anniversario con una serie di novità, tra importanti riqualificazioni e restyling negli ambienti interni ed esterni. Complice di questo successo è un'acqua termale unica al mondo, che sgorga ininterrottamente dal cuore della terra alla temperatura costante di 37° C ed è ricca di sali minerali e BiogleaTM, estratto di plancton ricavato dalle alghe con un principio attivo naturale dagli innumerevoli effetti benefici, protettivi e antiossidanti, sull'intero organismo. In particolare sulla pelle, ha proprietà esfolianti, detergenti e idratanti. Il complesso Terme di Saturnia comprende: l'elegante Resort 5 stelle, ricavato da un'antica costruzione in travertino, affiliato a The Leading Hotels of the World; le Terme e il parco piscine aperto ai visitatori esterni, con quattro piscine in plein air, idromassaggi e percorsi vascolari ad acqua fredda e calda; la Beauty Clinic riconosciuta come "Best medical Spa" da Italian Spa Awards, con innovativi trattamenti estetici



e programmi personalizzati di cura e bellezza, percorsi di balneoterapia e fangoterapia. Tra le novità 2019 spiccano Medi Face, due diversi protocolli integrati per viso e collo, ed Endermologie Viso e Corpo, con la tecnologia Cellu M6 - Alliance studiata per riattivare l'attività cellulare e lottare contro tutti gli inestetismi. I risultati sono immediatamente visibili. Bisogna provare anche il Ristorante 1919 firmato dallo chef stellato Roberto Rossi che propone ricette gourmet con materie prime del territorio. Ci sono, poi, un club dedicato ai soci o agli esterni che desiderano accedere alla sorgente e il Golf, un percorso da campionato Eco-Friendly 18 buche di 6316 metri su 70 ettari mossi, progettato dal noto architetto americano Ronald Fream. **Info: www.termedisaturnia.it**