



La mamma è sempre la mamma: 5 idee per sorprenderla
VF per FALCONERI



Chic List: Eva Longoria in Elisabetta Franchi (e le altre)



13 mete che ci svelano il fascino di epoche passate
VF per SOFITEL

BENESSERE . SPA E TRATTAMENTI

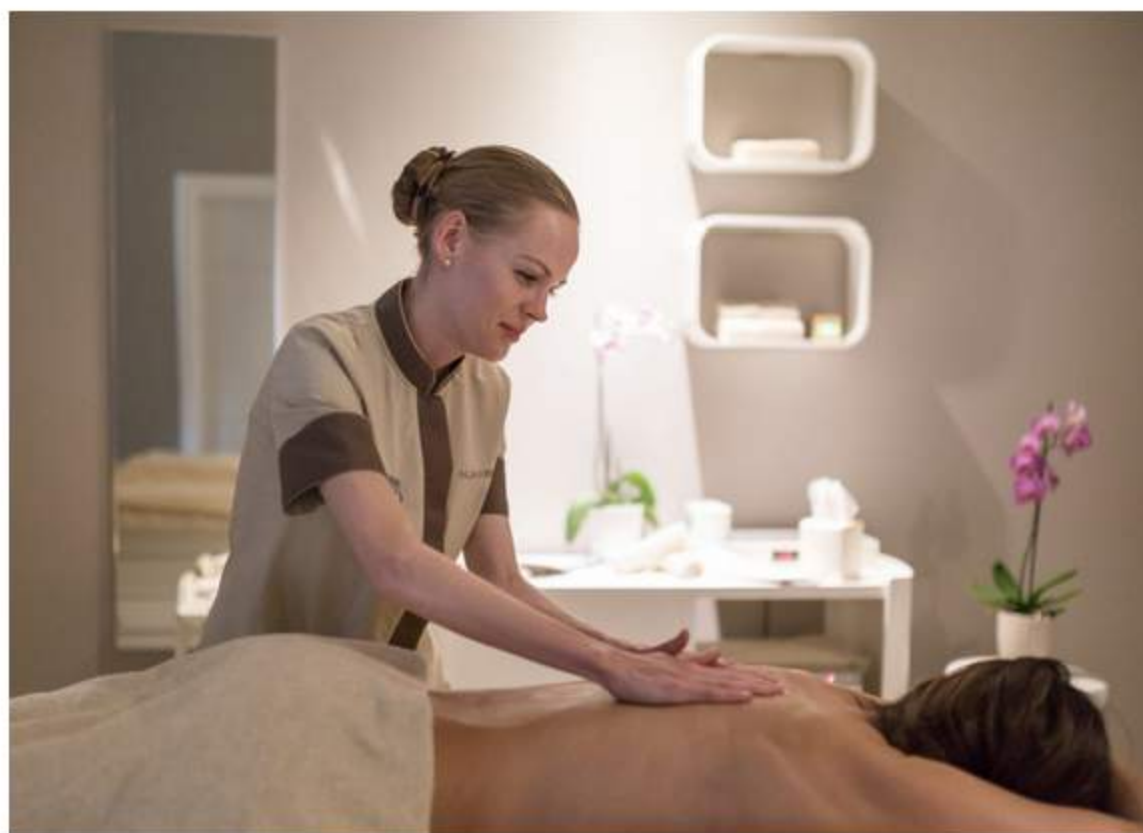
Spa: 8 trattamenti (insoliti) da provare

8 MAY, 2017
di RITA BOSSI



7

Peeling corpo con granuli di marmo bianco, massaggio ai cristalli di quarzo, maschera a base di cioccolato. E molto altro ancora. Tutti da provare



MORE



VISO E CORPO

Viso e corpo. Il potere degli oli



BENESSERE

Sul Mediterraneo, la magia del silenzio

Tutti i massaggi proposti da **Almablu Spa**, centro benessere all'interno di **Almar Jesolo Resort e Spa** - sono ispirati all'antica medicina cinese e sono studiati per riequilibrare fisico e mente. Obiettivo primario? Trattare la causa e non il sintomo, per restituire armonia e benessere. La manualità dei massaggi si ispira a una tecnica chiamata Tuina, che significa premere e afferrare. Questo tipo di massaggio, che simula il movimento delle onde del mare, agisce sui meridiani del corpo e su punti utilizzati in agopuntura, dai piedi alla testa, per abbassare tensioni e rilassare i muscoli.

Come il massaggio **La magia del silenzio** (80 minuti), creato per chi soffre di insonnia e non riposa bene, che mira a ristabilire l'equilibrio delle due fasi energetiche conosciute dalla Medicina Cinese per i loro effetti sul ritmo di



SPA E TRATTAMENTI

Festa della mamma:
regalale un
trattamento

sonno e veglia. Regolarizza quindi i movimenti di energia tra il corpo e la testa per migliorare la qualità del sonno. Il trattamento ha l'obiettivo di entrare maggiormente in profondità per riuscire a fermare il tempo e i pensieri che disturbano il sonno notturno. Le manualità sono lente ma non invasive e stimolano punti di fondamentale importanza su meridiani collegati con il ritmo sonno - veglia.



Sul lago massaggi al quarzo rosa

È un gioiello architettonico la Spa del **CastaDiva Resort & Spa** (fu dimora della soprano Giuditta Pasta, musa del compositore Vincenzo Bellini) struttura di lusso a soli 5 km da Como. 1.300 metri quadrati dedicati alla zona wellness: il pavimento di cristallo sospeso sull'acqua introduce all'ex darsena, trasformata in area relax. Micromosaici di vetro rivestono il grande hammam, la sauna e il percorso Kneipp verticale. La piscina interna e l'idromassaggio completano la wet zone, con bagno mediterraneo con aromaterapia, docce emozionali, e la stanza del sale con pareti di sale rosa dell'Himalaya. Fiore all'occhiello le 4 Spa suite dedicate alla terra, acqua, aria e fuoco. Da provare il **crystal facial Sodashi** (50 minuti), un trattamento viso anti-age, che sfrutta le proprietà minerali dei cristalli di quarzo. Fra questi, l'avventurina, la corniola e il quarzo rosa, per un effetto rimpolpante, ossigenante e lifting. Il tutto con prodotti naturali al 100% by Sodashi.





Benessere in grotta

Ricavato in una villa ottocentesca circondata da un parco secolare, **Grotta Giusti** di Monsumanno Terme è un centro termale di nuova generazione e una Spa dedicata alle terapie orientali e ai trattamenti estetici ayurvedici. Un'esperienza rara è Spa floating nella millenaria grotta naturale: un percorso guidato (da 60 a 90 minuti) nel laghetto termale sotterraneo che sfrutta alcune tecniche subacquee. Dopo esercizi di rilassamento con pratiche yoga e bioenergetica, si inizia a galleggiare sulla superficie del lago dove la temperatura dell'acqua di 34°C e i vapori termali creano una sensazione di profondo benessere. Quindi, con un erogatore, si fa l'immersione (non è necessario il brevetto sub) mettendo in pratica alcuni metodi di controllo del respiro che liberano dalle tensioni fisiche ed emotive.



Peeling al marmo in Alto Adige

Al **Centro Spa & Vital di Terme Merano** il marmo di Lasa, uno dei più pregiati al mondo per le sue caratteristiche di omogeneità, colore, assenza di venature, e resistenza, è la new entry fra i prodotti altoatesini impiegati nei trattamenti benessere. Il pregiato "oro bianco" della Val Venosta è utilizzato nel trattamento corpo peeling al **marmo di Lasa**: si tratta di un massaggio a base di crema nutriente con granulato fine di mandorle e polvere di marmo dall'effetto purificante ed esfoliante. Segue l'impacco agli estratti di stella alpina che aiuta a rigenerare la pelle. Durata complessiva: 50 min.





A Ischia coccole al cioccolato

Medicaland nutrition, relax, beauty e fitness, queste le quattro macro aree in cui si articola la promessa di benessere alle **Terme della Regina Isabella** buen retiro di vip, attori e teste coronate. Nel centro termale si possono seguire percorsi mirati alla remise en forme, provando una serie di massaggi. I più golosi possono provare la **maschera al cioccolato** per rigenerare la pelle del viso, darle energia, detoxinarla e essere di buon umore (40 minuti circa di trattamento). Ricco di antiossidanti, regola il tono vascolare, ha un effetto cardio-protettivo, migliora l'idratazione della pelle.



In Toscana l'uva vi fa belli

Sperduto nella Val d'Orcia, patrimonio dell'umanità, tra silenzio e natura toscana, il **Rosewood Castiglion del Bosco** rigenera sia il corpo che la mente. Il resort di Montalcino fondato da Massimo e Chiara Ferragamo nel 2003, si compone di ventitre suite, undici ville ricavate da antichi casali ristrutturati del diciassettesimo e diciottesimo secolo. In pietra e legno, arredate con pezzi di antiquariato, dispongono dalle tre alle sei stanze da letto. Nella Spa ci si può abbandonare nel **rituale vino toscano**: un massaggio anti-age dai profumi inebrianti che pulisce in profondità la pelle (110 minuti).



In Sardegna la salute vien dall'acqua

Immerso in un'autentica foresta esotica, nel cagliaritano, il **Forte Village Resort** stupisce per la location, oltre che per i 27 ristoranti, i 7 hotel e l'inedito centro talassoterapico. L'acqua marina è la protagonista indiscussa del paradiso wellness dell'Acquaforte Spa: un'oasi "galleggiante" immersa nel verde, da scoprire in un percorso a sei vasche, ognuna con un plus detossinante quanto rigenerante. Solo qui capita di sentirsi leggeri come una piuma una volta immersi nella vasca all'olio di mare (ad alta concentrazione di magnesio), di rigenerare la pelle con un bagno all'aloè o allontanare le ansie con il talassomassage in acqua. Vasta la varietà dei trattamenti: dallo shiatzu in cabina alla fisioterapia riabilitativa alla **crioterapia all'olio di mare** (50 minuti), ideale per contrastare cuscinetti e accumuli adiposi, sfrutta una sostanza congelata a meno quaranta gradi che viene applicata dove necessario con un bendaggio.



Rigenerarsi con il fango di Calabria

Rigenerarsi con il fango di Calabria

Citate, ed elogiate, già da Plinio il Vecchio, le **Terme Luigiane**, sono le più antiche di Calabria. Vanto delle terme è il centro benessere **Acquaviva** dove si effettuano cure a base di acqua termale e fango, noto per le sue proprietà antinfiammatorie. Da provare la ionoforesi con alghe termali: un trattamento esclusivo tramite l'utilizzo della corrente elettrica, che unisce ai vantaggi della cura con **acqua sulfurea** la possibilità di prolungare gli effetti delle sostanze terapeutiche nel proprio corpo per un tempo più lungo. Le proprietà altamente benefiche dello zolfo contenuto nelle alghe possono così agire anche all'interno dell'organismo per curare malattie reumatiche degenerative, lesioni del sistema nervoso periferico e in quelle da attività sportive.

LEGGI ANCHE

[Sei mai stata in una Medical SPA?](#)

SPA

TRATTAMENTI

