

COMUNICATO STAMPA

GENNAIO 2020

**ROSEWOOD CASTIGLION DEL BOSCO  
INAUGURA LA PRIMAVERA  
CON UN RITIRO DI FOREST BATHING E ANUSARA® YOGA**

*Il programma benessere di quattro giorni include pratiche rigeneranti studiate per attivare una profonda connessione con la natura e con se stessi.*

*Gennaio 2020 - Rosewood Castiglion del Bosco*, l'idilliaco resort toscano, massima espressione del patrimonio culturale e della bellezza naturale italiani, dal **16 al 19 Aprile 2020** ospiterà per la prima volta un ritiro di Forest Bathing e Anusara® Yoga che inaugura la nuova stagione.

Per quattro giorni, gli ospiti avranno la possibilità di farsi avvolgere dalla bellezza e dal silenzio delle colline toscane e dei boschi della tenuta in sessioni rigeneranti di **Forest Bathing** (disciplina che si ispira alla pratica giapponese -Shinrin-Yoku - dell'immergersi nella foresta, e classi yoga guidate da un'insegnante certificata. Con il risveglio della primavera, i partecipanti sperimenteranno profonde sedute rinvigorenti di Forest Bathing all'interno dei boschi che circondano la proprietà. Queste passeggiate contemplative verranno accompagnate da lezioni di **Anusara® Yoga**, una forma moderna di Hatha yoga che enfatizza l'allineamento per migliorare la forza, la flessibilità e l'equilibrio, allo scopo di accentuare il ringiovanimento fisico e mentale.

**Forest Bathing**

Offrendo benefici duraturi per la salute, il **Forest Bathing** attinge dal potere curativo della natura per riequilibrare il corpo e la mente. In Italia, i boschi del Mediterraneo sono particolarmente efficaci nello stimolare il sistema immunitario riducendo i livelli di stress. Durante il programma, **Marco Nieri**, bioresearcher italiano ed esperto di Forest Bathing, condurrà una lenta e meditativa passeggiata alla scoperta dei boschi della proprietà con lo scopo di ridurre lo stress, alleviare la depressione, abbassare la pressione sanguigna e il battito cardiaco, e stimolare il sistema immunitario. Durante la pratica di Forest Bathing, gli ospiti potranno anche godere degli effetti positivi delle sostanze rilasciate dal fogliame delle piante, conosciute come monoterpeni, efficaci nel riattivare positivamente le difese immunitarie. Si tratta di una profonda connessione con la natura che ha il potere di promuovere un maggior senso di benessere e serenità, di risvegliare il pensiero creativo e di accrescere la spiritualità.

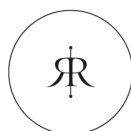
Oltre alle sessioni di Forest Bathing e Anusara® Yoga, gli ospiti prenderanno parte ad altre attività rigeneranti, fra cui un seminario bioenergetico organizzato in un sito storico sacro immerso nelle bellezze naturali che circondano Rosewood Castiglion del Bosco.

**Anusara® Yoga**

Grazie al movimento, alla meditazione, al lavoro sul respiro e alla filosofia tantrica, e alla condivisione, la pratica spirituale allinea la mente, il corpo e il cuore, permettendo una profonda connessione con il proprio mondo interiore. **Alessandra Pergreffi**, insegnante italiana certificata di Anusara® Yoga, accompagnerà i partecipanti in questa disciplina evolutiva, che oltre al movimento fisico, supporta la crescita personale, la creatività e il contatto profondo con se stessi.

Il ritiro terminerà con due sessioni finali di Forest Bathing e Anusara® Yoga nel bosco della proprietà, seguite da un rituale celebrativo, che chiuderà il soggiorno con un augurio di benessere e di longevità.

*Prezzi da euro 1.930,00 per suite, a notte, inclusi di IVA e colazione.*



ROSEWOOD  
CASTIGLION DEL BOSCO  
TUSCANY

**Note per la stampa**

*Rosewood Castiglion del Bosco, è la seconda proprietà in Europa gestita da Rosewood Hotels & Resorts®, una collezione di hotel di lusso che include nel suo portfolio strutture classiche e contemporanee, tra cui nuovi classici come Rosewood London e l'Hôtel de Crillon, A Rosewood Hotel, riaperto a Parigi il 5 luglio 2017 dopo un'importante opera di restauro durata quattro anni.*

*Castiglion del Bosco è una delle tenute più grandi e storiche del territorio di Montalcino. Fondata da Massimo e Chiara Ferragamo nel 2003, a partire dal gennaio 2015, ha affidato la gestione dell'hospitality a Rosewood Hotels & Resorts, diventando così Rosewood Castiglion del Bosco. Castiglion del Bosco è un luogo magico, che si estende su 2.000 ettari nel cuore della Val D'Orcia, Patrimonio dell'Umanità UNESCO.*

*La tenuta comprende: un resort 5 stelle L con 23 Suite, che ha il suo centro nel Borgo, nel quale si trovano le rovine dell'antico castello risalenti al 1.100 d.C.; 11 Ville, ciascuna delle quali ha la piscina privata; The Spa at Rosewood Castiglion del Bosco; il Ristorante Campo del Drago e l'Osteria La Canonica, sotto la guida dello chef Matteo Temperini; un orto biologico e la scuola di cucina e, infine, il Kids Club con le attività del Rose Buds® Children's Program.*

*A Castiglion del Bosco troviamo, inoltre, The Club, l'unico golf Club privato in Italia con 18 buche disegnate dal leggendario campione del British Open Tom Weiskopf su 210 ettari di morbide colline, e una cantina, con i suoi 62 ettari di vigneto – dove si producono tutti i vini della tenuta.*

*I principali riconoscimenti ottenuti sono:*

*Condé Nast Traveler - Readers' Choice Awards 2019: #5 in The Top 30 resorts in Europe*

*Condé Nast Traveler - Readers' Choice Awards 2019: #34 in The Best Resorts in the World*

*T+L Awards 2019: #55 in The Top 100 Hotels list*

*T+L Awards 2019: #5 in The Top 10 Europe Resort Hotels list*

*T+L Awards 2019: #3 in The Top 10 Italy Resort Hotels list*

Per maggiori informazioni: [rosewoodhotels.com/castiglion-del-bosco](http://rosewoodhotels.com/castiglion-del-bosco)  
Facebook @[rosewoodcastigliondelbosco](https://www.facebook.com/rosewoodcastigliondelbosco) Instagram @[RosewoodCastigliondelBosco](https://www.instagram.com/RosewoodCastigliondelBosco)

Per maggiori informazioni sulla collezione Rosewood Hotels&Resorts:  
[rosewoodhotels.com](http://rosewoodhotels.com) [facebook.com/rosewoodhotels](https://www.facebook.com/rosewoodhotels) - Twitter @[rosewoodhotels](https://twitter.com/rosewoodhotels)

**Contatti per la stampa**

FCOMM via Pinamonte da Vimercate, 6 – 20121 Milano T. 02 36586889  
Francesca Pelagotti Cell: +39 366 7062302 – E-mail: [francescapelagotti@fcomm.it](mailto:francescapelagotti@fcomm.it);  
Anna Volpicelli Cell: +39 331 7491820 – E-mail: [annavolpicelli@fcomm.it](mailto:annavolpicelli@fcomm.it);  
Carlotta Ribolini Cell: +39 338 7322829 – E-mail: [carlottaribolini@fcomm.it](mailto:carlottaribolini@fcomm.it);  
Costanza Giustiniani Cell: +39 333 8164127 – E-mail: [costanzagiustiniani@fcomm.it](mailto:costanzagiustiniani@fcomm.it).

**ROSEWOOD CASTIGLION DEL BOSCO**

Azzurra Casini, Director of Communications

Cell: +39 347 7948082 - E-mail: [azzurra.casini@rosewoodhotels.com](mailto:azzurra.casini@rosewoodhotels.com)

