



## GOOD LIFE TERME E DINTORNI

di SIMONA FEDELE



### PUOI DIRE ADDIO ALLE TOSSINE

Tra i vigneti di Franciacorta, il programma detox su misura di Henri Chenot

La cornice è quella suggestiva dei vigneti Bellavista, il benessere è quello creato dal guru del detox Henri Chenot. L'Albereta, antica villa padronale tra le colline di Franciacorta, è il posto giusto per liberarti dalle tossine. Il programma valuta, con check up bioenergetico, il livello di invecchiamento cellulare e cerca di abbassarlo con terapie speciali come idro-aromaterapia, idromassaggio rinforzato da tinture madri e oli essenziali, massaggi e fito-fangoterapia. Per averne un assaggio c'è il programma di tre notti con dieta biolight, 3 massaggi energetici, 3 sessioni di idro-aromaterapia e altrettante di fanghi, 3 idrogetti, palestra e piscina (1155 euro).

DOVE: Albereta Relais & Chateaux, Erbusco, Brescia, [www.albereta.it](http://www.albereta.it), 030/7760550



### NUOVA APERTURA TRA LE PISTE DA SCI ALL'ALPE DI SIUSI

#### Se cerchi rifugio, lo trovi tra le Dolomiti

► Apre sul più grande e suggestivo altopiano d'Europa un lodge lussuoso ed ecocompatibile, dove la natura è assoluta protagonista. Tra sessanta chilometri di piste da sci e boschi innevati, Alpina Dolomites è il posto giusto per rimettersi in forma in modo efficace e naturale. Per esempio, con il

pacchetto Relax & Vitalità che comprende: sette giorni in camera doppia Exclusive, trattamento al viso rivitalizzante, massaggio al corpo rilassante, bagno alle erbe aromatiche con idromassaggio e rituale combinato di massaggio alla schiena e plantare (da 2024 euro).

DOVE: Alpe di Siusi (Bolzano), [www.alpinadolomites.it](http://www.alpinadolomites.it), 0471/796004

### TRATTAMENTI E GOLOSITÀ PER COPPIE A RICCIONE

#### Massaggi al cioccolato per due sul mare d'inverno

► Un San Valentino all'insegna di sensuali massaggi e golosità è la proposta dell'Hotel Belvedere di Riccione. Grazioso hotel sul lungomare, con una spa grande e accogliente dove dominano la Grotta blu con vasca ai sali del Mar Morto e il bagno turco ai vapori talassoterapici. Vasto il

menù dei massaggi, al miele, muschio bianco o arancio. Quello all'olio di cioccolato, che allenta le tensioni e mette di buonumore, fa parte del pacchetto per due Vive la France et le chocolat: con una notte in doppia, libero ingresso nel centro benessere e *fan-due* al cioccolato, da 127 euro.



DOVE: Hotel Belvedere, Riccione, [www.belvederewellness.com](http://www.belvederewellness.com), 0541/601506

## GULP! ►► 36

GRADI PER 10 MINUTI seguiti da altri 10 a 39 gradi; secondo Henri Chenot l'immersione in acqua con questa variazione termica provoca la dilatazione dei vasi sanguigni, e dunque l'eliminazione della scorie attraverso il sangue e la linfa. Metodo reso ancora più efficace dall'aggiunta di oli essenziali.

52 ►► FORMEN magazine

### BEAUTY NEWS DA PROVARE

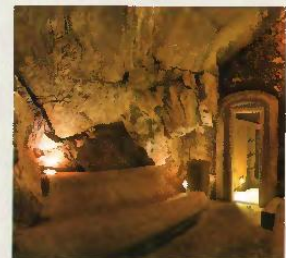


#### FUN & RELAX

► Ne più grande resort termale d'Europa, la *remise en forme* può essere molto divertente. Alle Terme di Loipersdorf si può scegliere, infatti, tra la quieta oasi di benessere Schaffelbad con 14 piscine termali e altrettante saune (da provare quella panoramica all'aroma di frutta e miele), o le Terme da vivere per grandi e piccoli, con 21 piscine e idromassaggi d'ogni genere e il nuovo acquafan da 9 scivoli.

► DOVE: Terme di Loipersdorf, Stiria, Austria, [www.therme.at](http://www.therme.at), 0043/33828204

★ ★ ★



#### DENTRO LA GROTTA

► A pochi chilometri da Pisa, l'antica residenza estiva del Granduca di Toscana è diventata una perfetta destinazione termale specializzata nel dimagrimento. Ai Bagni di Pisa prova l'Hamam dei Granduchi, piccola grotta con acqua termale a 40 gradi e vasca scavata nella roccia. Nel rituale per lui è compreso uno speciale trattamento mani e piedi, massaggio corpo a quattro mani e cura per il viso (295 euro).

► DOVE: Bagni di Pisa Palace & Spa, San Giuliano Terme, Pisa, [www.bagnidipisa.com](http://www.bagnidipisa.com), 050/88501