

## UOMINI ALLA RICERCA DEL RELAX. LA VOSTRA META IDEALE È CAPRI

Io amo Capri. Qui si possono incontrare personaggi internazionali e allo stesso tempo "isolarsi" per un po' dal mondo. Scelgo il più nuovo degli hotel: il JW Marriott Tiberio Capri Palace Resort & Spa. Un nome lungo e altisonante, all'altezza dei titoli. A tre minuti (di salita) dalla piazzetta, domina la baia fra mosaici e marmi dai colori ghiaccio e sabbia. Durante il check-in vengono offerte frutta e spremute, mentre in camera attendono una torta caprese (con tanto di ricetta dello chef Manuele Cataruzza) e un balconcino (quasi una terrazza) per il sole. Ma sotto c'è una piscina rotonda, irresistibile. Per metà è coperta, riscaldata e con una mezzaluna di idromassaggio, perfetta per socializzare. Ma il primo trattamento mi aspetta: un massaggio rilassante. Sarà la crema di Carita nutriente al latte di riso, ma mi ritrovo tutto morbido. Idratato come mai prima, resisto al sole del tardo pomeriggio. Caldo. Meglio il percorso idroterapico Grotta Azzurra (in verità i colori sono ocra e legno). Sono quattro docce di acqua calda e fredda intagliate nella roccia, per il massaggio con-



nettivale, doccia scozzese, nebulizzazione aromaterapica e riattivazione della circolazione corporea. La mia reazione è un urlo: 60 litri d'acqua in tre secondi, ma poi ci si sente bene. Alla fine sono talmente tonico che non approfitto della sauna o del bagno turco. Il giorno successivo fra gli oltre 40



treatments scelgo un "Massaggio Combi" inventato da Stefano Aretusi: inizia con delle tecniche shiatsu e si conclude con un finale energizzante agli oli Decléor. La musica jazz del bagno romano mi stimola a provare la sauna, il bagno turco e il frigidarium fra calde tisane alle erbe e design high-tech. Per finire, una doccia Vichy su lettino di legno che permette un massaggio a quattro mani all'olio rivitalizzante di ylang-ylang, un'altra ora di massaggio ristrutturante, più uno liftante per il viso. Eccomi pronto per un rientro strepitoso. Info [www.tiberiopallace.com](http://www.tiberiopallace.com); tel. 081 9787111). *A. Argentieri*

## BAGNI D'ANTAN, HAMMAM DEI GRANDUCHI E SOIN DERMO-ESTETICI



I Bagni di Pisa risalgono al 1700 e l'attuale restauro ha creato nella struttura un equilibrato mix di classico (affreschi) e comfort moderno. Arrivo il venerdì: prima di cena, a base di ricercate delizie light (da provare la crema di zucca con pralina di gelato alla menta), cerco di familiarizzare con l'ambiente attraverso il "percorso relax" che si snoda tra gli ulivi e confluisce nello storico colonnato. Qui gli antichi regnanti amavano sorseggiare tè, leggere poesie e

ammirare la campagna pisana e le terme. Ma oggi oltre all'evocazione c'è un team esperto che propone trattamenti da spa evoluti. Come il ringiovanente "Microgommage" per il viso con la macchina Bioreviskin (ideato da Rita Giacomello, medico estetico), esperienza che fa parte di uno di quei momenti beauty facilmente riconducibili al detto: «Se bella vuoi apparire...». In compenso vengo "consolata" con il godurioso trattamento corpo "Oligo Placcon Termale", eseguito con prodotti Fonteverde, che rimineralizza e reidrata la pelle attraverso uno speciale impacco di oligoelementi e miscele tonificanti. È lasciato in posa per circa un quarto d'ora e infine piacevolmente massaggiato fino all'assorbimento. Un'invidiabile coccola e un ottimo supporto per la pelle dopo una full immersion di sole. Ma non rinuncio ai piaceri d'antan, come galleggiare nella piscina termale solfata-calcico-magnesiaca, temperatura 37° C, con punti di vigoroso idromassaggio per stimolare la microcircolazione. È immersa nell'acqua piacevolmente energizzante che osservo un target ben definito: le coppie, quelle in cui lei in sintonia con l'ambiente spalma con carezze amorevoli la crema a lui (gesto che non sarà ricambiato). Il mio angolo preferito: l'Hammam dei Granduchi, in una grotta termale con piccola cascata. Prima del sonno l'ultimo piacere: la tisana di Morfeo, a base di erbe dal potere rilassante e stimola-sogni. Percorso breve benessere a partire da 608 euro. Info [www.bagnidipisa.com](http://www.bagnidipisa.com); tel. 050 88501. *F. Varasi*

