

UNO SGUARDO AL RELAX

LA SAUNA CON VISTA SULLE ALPI, LA PISCINA CON IDROMASSAGGIO CHE SI FONDE CON IL MARE, LE CABINE PER I TRATTAMENTI CHE SI AFFACCIANO SUL VERDE E SUI FIORI DI UN GIARDINO: DAL TRENTINO ALLA GRECIA, LE SPA PER UN BENESSERE CHE COMINCIA DAL PANORAMA DI LUISELLA COLOMBO

TRENTINO

ALPIN WELLNESS HOTEL KRISTIANIA

Troppo bello il panorama della Val di Sole per nascondere alla vista! Così anche chi frequenta l'area benessere dell'Hotel Kristiania, a Cogolo di Pejo (TN), può rilassarsi posando lo sguardo su montagne, boschi, villaggi. La maggior parte degli ambienti, infatti, è illuminata dalla luce naturale che entra da finestre e vetrate, come nella

sauna "pietra e fuoco" e nella piscina. Nella spa, tutti i rituali del relax: bagni al vapore, docce sensoriali, materassini ad

acqua, idromassaggi. Quanto ai trattamenti, si spazia dal rasul all'ayurveda, agli impacchi con le erbe alpine del

Parco nazionale dello Stelvio.

INFO tel. 0463.754157,
www.hotelkristiania.it

LOMBARDIA



LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA

La piscina, dalla collina, domina il lago di Garda. Ma anche l'area relax (3000 mq e comfort a cinque stelle) del Lefay Resort di Gargnano (BS) ha ampie vetrate sulla distesa d'acqua, mentre diverse cabine per i trattamenti si affacciano sul verde dei giardini. Il vetro, infatti, è il materiale principe e si sposa alla pietra e al legno, che un tempo caratterizzavano le limonaie dell'Alto Garda cui il Lefay si ispira. Premiato per l'ecosostenibilità, il resort sancisce l'incontro fra la medicina classica cinese e la ricerca scientifica occidentale: da provare il trattamento viso antiage a base di vitamine A-E, karité e lipidi vegetali di rosa.

INFO tel. 0365.241800,
www.lefayresorts.com

CAMPANIA

AQUAPETRA RESORT & SPA

Fra corbezzoli, lecci e vigneti, un piccolo borgo ottocentesco, in località Monte Pugliano di Telesse Terme (BN), è stato restaurato con amore. Pietra calcarea e vetro, legno e acciaio: nel 2008 l'Aquapetra Resort & Spa ha preso vita. Il suo cuore è l'Aqua Spa, all'interno dell'antico fienile: incantevole la piscina interna con idromassaggio che si apre su un panorama incantato. Fatevi conquistare da massaggi e trattamenti, dalle saune alla rosa, al sandalo e alla lavanda, dal bagno turco all'eucalipto.

INFO tel. 0824.941878-975007, www.aquapetra.com



PUGLIA

BORGIOBIANCO RESORT & SPA

Tutta la luce del mare Adriatico filtra attraverso le ampie vetrate che dalla piscina interna accompagnano lo sguardo verso quella esterna, gli uliveti, la campagna pugliese. Siamo nell'area wellness del resort Borgobianco di Polignano a Mare (BA): arredi minimalisti e il bianco calce della struttura creano un'atmosfera rilassante e predispongono ai trattamenti. Nelle cabine, per i massaggi, si fa uso di prodotti del territorio, come olio e arance, e di quelli delle linee Decléor e Thalgo. Palestra, sauna, bagno turco, il mare e la spiaggia, che distano 5 km, contribuiscono al relax.

INFO tel. 080.8870001,
www.borgobianco.it



AUSTRIA

HOTEL MIRAMONTE

Nel Salisburghese, c'è una spa che sembra tutt'uno con le Alpi, dove persino la sauna è panoramica. Non solo: dispone di acqua termale naturale con proprietà antinfiammatorie, purificanti e rivitalizzanti. La spa è quella dell'Hotel Miramonte, membro dell'associazione L'Austria per l'Italia Hotels (alberghi in cui si parla italiano), che risale all'inizio del '900 e che abbina uno stile rétro chic al design. Nel menu dei trattamenti, si "viaggia" dall'Europa all'Asia con prodotti Aveda, la linea cosmetica che s'ispira all'ayurveda e utilizza essenze pure di fiori e piante. Allettanti i programmi Sparkling Eyes e Lover's Special.

INFO Bad Gastein,
tel. 800.977492 (in italiano),
www.hotelmiramonte.com

SLOVENIA

GRAND HOTEL BERNARDIN

Solo un'ampia vetrata separa la piscina interna dal mare ed è quasi difficile percepire se si stia nuotando in acqua dolce o salata. Anche per questo il nome Paradise Spa non è eccessivo: l'area benessere del Grand Hotel Bernardin di Portorose, infatti, è vasta, ricca di vari tipi di saune e bagni al vapore, con un carnet di trattamenti di ampio respiro. Si va dal massaggio svedese a quello hawaiano, da quello con le pietre calde al balinese. Da non dimenticare, poi, che in Slovenia il rapporto qualità-prezzo è ottimale. Questa spa è perfetta per le neo mamme, con programmi specifici post parto.

INFO Portorose,
tel. +386.(0)5.6950000,
www.h-bernardin.si



GRECIA

HOTEL SAINT JOHN

Mare, mare e mare. C'è una vista incomparabile dalle piscine, esterne e interne, della spa Aphrodite dell'Hotel St. John, a Mykonos: sembrano proiettate sull'Egeo oppure paiono il suo naturale prolungamento. E lo stesso panorama si ha dalle camere, da uno dei ristoranti, dai bar. Nel centro benessere e termale si praticano talassoterapia, bagni di fango, aromaterapia e massaggi; sauna, hammam, jacuzzi, palestra e aree relax aiutano a mantenersi in forma.

INFO Mykonos, tel. +30.22890.28752, www.saintjohn.gr

