HACHETTE - GIOIA – 14 Maggio 11 Pag.: 164
Settimanale – DIFFUSIONE: 268.582 - LETTORI: 126.587
SEZIONE: Energia pulita TITOLO: Mete purificanti

ENERGIA PULITA

Mete purificanti

Dalla montagna al mare, con un occhio all'ecologia. Ma anche in una city spa cittadina ci si può ritagliare un trattamento a 360°. Per potenziare i risultati di un nuovo stile di vita. Tutto detox!

a cura di Antonella Grua, testi di Barbara Lalli

IN VAL BADIA, ARNICA E MIRTILLI ROSSI

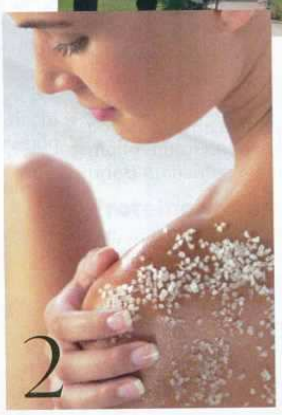
1. Trattare il corpo utilizzando materie prime di origine locale e naturali. Accade in Alto Adige e una vera specialista è la Wellness & Beauty spa by Daniela Steiner presso l'Hotel Sassongher di Corvara, in Alta Val Badia. Dolori articolari dovuti allo stress? Perfetta l'arnica, erba medicinale abbinata al mirtillo rosso: l'ospite viene avvolto in teli impregnati di una miscela di latte caldo intero e olio di arnica; quindi viene adagiato su un lettino galleggiante a una temperatura di 35/36 gradi, in una cabina illuminata da una lampada ai cristalli di sale che, purifica l'ambiente e, con la sua luce rilassa corpo e mente. Info: tel. 0471/836085 - *www.sassogher.it*

RELAX IN RIVA AL MARE

3. Solo con l'acqua di mare veramente pulita è possibile ritagliarsi trattamenti rigeneranti per la pelle del corpo e... per la mente. Dove? In Sardegna, presso la Spa Pullman Timi Ama Sardegna, isola famosa anche per la talassoterapia. Una nuova meravigliosa esperienza sensoriale è sicuramente Aquascience, bulle d'oxygène, che dona anche idratazione e luminosità all'epidermide. Primo: una dolce esfoliazione con perle d'acqua di sorgente marina, più siero marino concentrato all'acqua di mare e oligoelementi. Secondo: un massaggio con gestualità su misura e bolle d'acqua di origine marina. Info: tel. 070/79791 - *www.accorhotels.com*

COCCOLE NATURALI IN CITTÀ

2. Aromaterapia polifunzionale e quindi anche detox. Da provare, presso l'Atomic Spa Suiss del Boscolo Hotel Exedra a Milano, il trattamento Scrub Salino Corpo al tè verde e olio. Si parte con un peeling delicato al tè verde, miscelato a sale micronizzato purissimo che, a differenza di tutti gli scrub che utilizzano oli, in questo caso viene mixato al burro di karité a base di sostanze nutritive concentrate. Si procede poi all'applicazione di olio di mandorle per un risultato appagante.Pelle rigenerata! Info: tel. 02/77679611 - *www.boscolohotels.com*



BENESSERE A KM 0

4. Un massaggio completo a viso e corpo a base di oli essenziali estratti da erbe aromatiche locali. Basta andare presso la Spa L'Andana della Tenuta La Badiola, in Maremma. Davvero inconfondibile il Trattamento Signature, che dura un'ora e 50 minuti. Inizia con un 'benvenuto ai piedi' a base di olio ed erbe aromatiche coltivate nell'orto della tenuta circostante. Quindi, dopo un'esfoliazione profonda sul corpo a base di sale marino, miscelato a fragrante rosmarino e oli essenziali, il terapista prosegue con un massaggio alla schiena 'scioglitensioni', con olio d'oliva ed erbe aromatiche, per finire con un trattamento al viso, dagli effetti antiage. Una vera esperienza antistress! Info: tel.0564/944800 - *www.andana.it*

Corbis