

L'ESPRESSO FERRIERE DELLA SERA ©

io

DONNA

BEST DI STAGIONE

Tagli essenziali
Trame naturali
Bianco puro

Steven
Spielberg
e John
Williams

Incontro tra
un maestro del
cinema e l'autore
di leggendarie
colonne sonore

8 Marzo

Una giornata
in un centro
anti violenza

Belle sfide

Le innovazioni delle
imprenditrici
della cosmetica

SPECIALE OBIETTIVO 5

Torna il nostro campus di formazione per la parità di genere



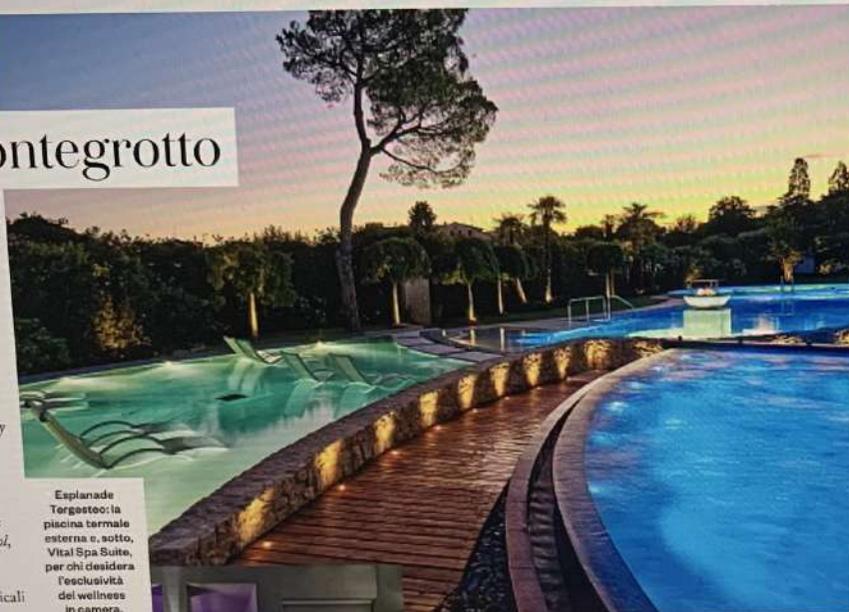
Beauty spa

di Martina Villa

Montegrotto

Relax al quadrato

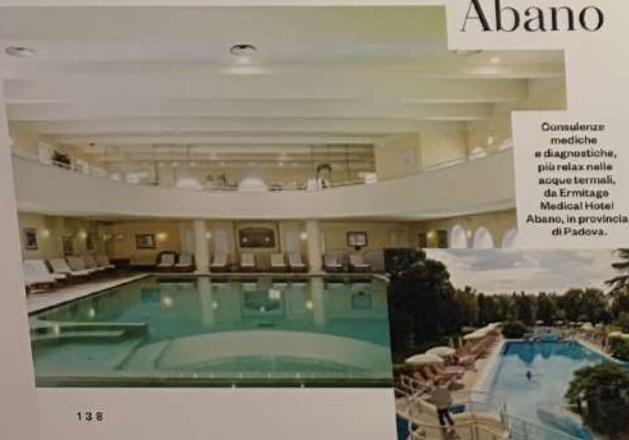
Cinque stelle di design e romanticismo, con qualche chicca esclusiva. Come l'area *Roof Top 54*, l'unica spa panoramica delle Terme Euganee con vasca d'acqua salata e saune per rituali Aufguss, cioè i bagni di vapore con vista sui Colli. È **Esplanade Tergesteo** a Montegrotto Terme, *luxury retreat* che porta la firma dell'albergatrice di origini austriache Patricia Gruber. Decomprimere è il mantra, meglio se si è in due. Cuore della struttura, la *White Pool*, la piscina outdoor di acqua termale a 34-36°C, con idromassaggi, cascate cervicali e chaise-longue a sfioro. Immergersi invece nella più piccola e frizzante *H2O3Pool* con microbolle di ozono è come fluttuare in una coppa di champagne. E per chi vuole davvero farsi un regalo, c'è la specialissima *Vital Spa Suite*, con mini pool, sauna finlandese, caminetto privati e trattamenti di coppia.
INFO: ESPLANADETERGESTEO.IT



Esplanade Tergesteo: la piscina termale esterna e, sotto, *Vital Spa Suite*, per chi desidera l'esclusività del wellness in camera.



Abano



Consultenze mediche e diagnostiche, più relax nelle acque termali, da **Ermitage Medical Hotel** Abano, in provincia di Padova.

Fuga medica

Ritrovare la salute in vacanza. È il concept di **Ermitage Medical Hotel** di Abano, storico albergo (riapre oggi, 4 marzo, per la stagione primaverile) gestito da quattro generazioni dalla famiglia Maggia. Qui la remise en forme si costruisce con l'aiuto del team medico polispécialistico e con check up diagnostici psico-fisici globali (anche convenzionati con il SSN). Il resto lo fanno le tre fonti di acque termali salso-bromoiodiche, più le applicazioni dei potenti fanghi curativi. La loro combinazione assicura una terapia anti-infiammatoria total body e un boost al sistema immunitario. In ottica riabilitativa, ma anche preventiva. E veloci, con la formula "Check Up weekend", per chi desidera un'impostazione orientativa nel tempo di una breve vacanza wellness. INFO: ERMITAGETERME.IT

Il pieno d'ossigeno

Basta un giorno per ritemperarsi nel verde di **Terme di Comano**, ai piedi delle Dolomiti di Brenta, in Trentino. L'acqua termale che scorre nelle rocce dolomitiche è un elisir noto in tutta Europa per le sue proprietà curative sia delle malattie infiammatorie della pelle (come psoriasi e dermatiti), sia per la diuresi e il detox. Il percorso **Detossinante Destress** di un solo giorno archivia l'inverno in un flash: comprende idromassaggio termale, esfoliazione dry brushing con spazzola in fibre naturali, un rituale decontratturante con rotolo caldo inumidito con acqua termale e olio essenziale al cirmolo, più 25 minuti di massaggio terapeutico. Naturalmente, bevendo la preziosa acqua, effetto detox.
INFO: TERMECOMANO.IT



Terme di Comano, centro di riferimento per il wellness termale. Riapre per la stagione primaverile il prossimo 3 aprile.

Comano

Di che focus sei?

Nel cuore della Maremma Toscana sgorga da tremila anni un'acqua termale unica al mondo, a 37,5°C. È la linfa vitale di **Terme di Saturnia Natural Destination**, destinazione - appunto - per chi desidera raggiungere un proprio ideale obiettivo wellness. Il metodo "Rebalance" unisce piano alimentare, naturopatia, fitness, trattamenti e cure termali su misura a seconda dei propri desideri, o focus: "Slim", 7 notti rimodellare la silhouette; "Detox", 3 notti per eliminare tossine e abbassare lo stress ossidativo; "Rebalance Mind", di 3 o 7, per alleggerire corpo e spirito, oppure, "Well-Gyn", per affrontare la menopausa. E in spa, per tutte, c'è la **Linea Cosmetica Termale Active Beauty** a base di Bio-Plankton, un'alga autoctona della sorgente, portento antiossidante. Da portare anche a casa.

INFO: TERMEDISATURNIA.IT

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Saturnia



Terme di Saturnia Natural Destination, 5 stelle toscane: per ritrovare equilibrio attraverso quattro programmi su misura.

Andiamo alle terme?

Il termalismo fa tendenza, più che mai. Si riscopre la bellezza del cercare "salus per aquam", da cui deriva l'acronimo stesso di "spa". Le acque ribollenti di minerali restano il più potente "risciacquò" dello stress moderno. Imbattibili, per rimettersi al mondo