GOOD LIFE TERME E DINTORNI

di SIMONA FEDELE



# SUL TETTO DI CAPRI

## A picco sui Faraglioni, al Punta Tragara ti rimettono in forma con alghe e oli

Proprio a un passo dai Faraglioni (da una delle sue suite sembra quasi di toccarli) la storica villa disegnata da Le Corbusier è diventata uno degli hotel imperdibili di Capri. Vista mozzafiato, piscina con acqua di mare a picco sulla spiaggia di Marina Piccola, Punta Tragara ha inaugurato anche una spa specializzata in cure talassoterapiche e trattamenti con alghe e sale. Come il percorso relax ai sali del Mar Morto, che inizia con il peeling caldo ai sali e oli essenziali e prosegue con l'immersione in acqua salata, massaggio antistress e maschera ai fanghi (140 euro un'ora e mezzo).

**DOVE:** Hotel Punta Tragara, Capri (Na), 081/8370844, www.hoteltragara.it



ALLENATI ALLA CORSA TRA I BOSCHI SECOLARI DI PETRIOLO

## Anche il vero maratoneta sosta in beauty farm

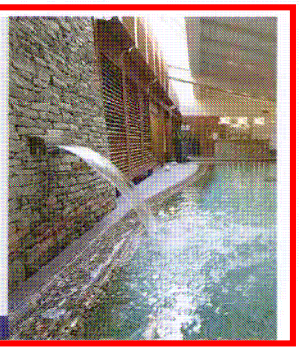
Frequentate nel passato da nobili e pontefici come Pio II Piccolomini che qui si curava la gotta, le acque sulfuree di Petriolo alimentano oggi una spa di tutto rispetto. Quella di Petriolo Resort, immerso in una riserva naturale privata, dove l'acqua termale che sgorga a 43 gradi è solo uno dei tanti elementi per la *remise en forme*. Se sei uno sportivo non perdere il Metodo Running Management, una straordinaria esperienza che coniuga l'allenamento con il personal trainer, in palestra e tra i boschi, a massaggi e percorsi termali, check up medico, test metabolici e drenaggio osteopatico.

**DOVE:** Petriolo, Civitella Paganico (Gr), www.petriolosparesort.com

BALNEO-TALASSOTERAPIA TRA I VIGNETI DELLE LANGHE

## La felicità è galleggiare nell'acqua salata

L'imponente monastero del Seicento a Santo Stefano Belbo nel cuore delle Langhe, è oggi un punto di riferimento per il benessere. Al Relais San Maurizio più di mille metri quadrati sono dedicati alla Via del Sale, nome non casuale dato che di qui passavano i convogli del sale diretti al Nord Europa. Il sale e l'acqua sorgiva ad alta densità salina sono i protagonisti della balneo-talassoterapia dall'azione antinfiammatoria, decontratturante e antistress. Galleggiare nella prima vasca della Grotta del Sale, dove la concentrazione di magnesio è altissima, rilassa la mente e la muscolatura, favorisce il sonno e rasserena, grazie al potente rilascio di endorfine.



**DOVE:** Relais San Maurizio, S. Stefano Belbo (Cn), www.relaissanmaurizio.it

## BEAUTY NEWS DA PROVARE



### DOCCE RIGENERANTI

A pochi passi dalla Piazzetta di Capri, il Tiberio Palace vanta una panoramica a 360 gradi sul mare e la montagna, dalla sua Mojito Terrace (i più fortunati, quelli della Bellevue Suite, ci arrivano direttamente dalla camera). Rinnovato nella spa, con la grande piscina e il percorso acque, il 5 stelle propone l'insolito rituale delle docce terapeutiche. Dalla connettivale alla scozzese e dall'emozionale all'idrogetto, ci si rigenera in pochi minuti.

**DOVE:** Tiberio Palace, Capri (Na), www.capritiberiopalace.com

★ ★ ★



### RITORNO AL FUTURO

Le piscine sono insolite, quasi tre dischi volanti sospesi tra il blu del cielo e il grigio delle vette che circondano la vallata dell'Ötztal, nel Tirolo austriaco. L'Hotel Aqua Dome è il regno di calde acque termali sulfuree, rinchiuse nelle piscine sopraelevate e in vasche interne, ma anche di saune di ogni genere (di fieno, in grotta naturale o alle erbe aromatiche) e di allenamenti solitamente riservati agli astronauti, fatti con lo Spacecurl. Da provare i massaggi di antica tradizione locale con l'olio fossile tirolese o le pietre dell'Ötztal.

**DOVE:** Hotel Aqua Dome, Terme Längenfeld (Austria), www.aqua-dome.at

gruppo arete