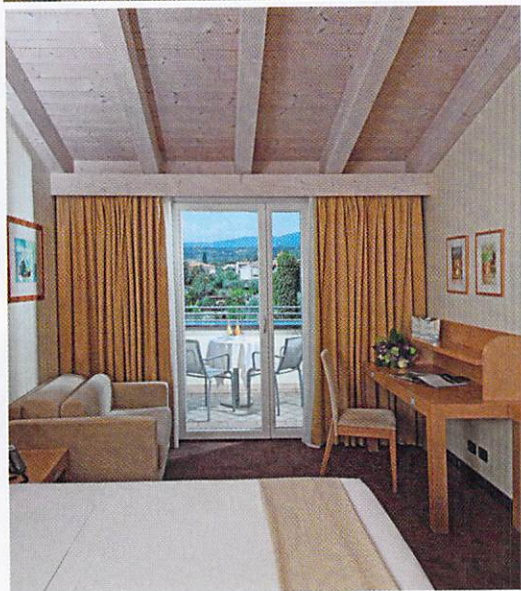
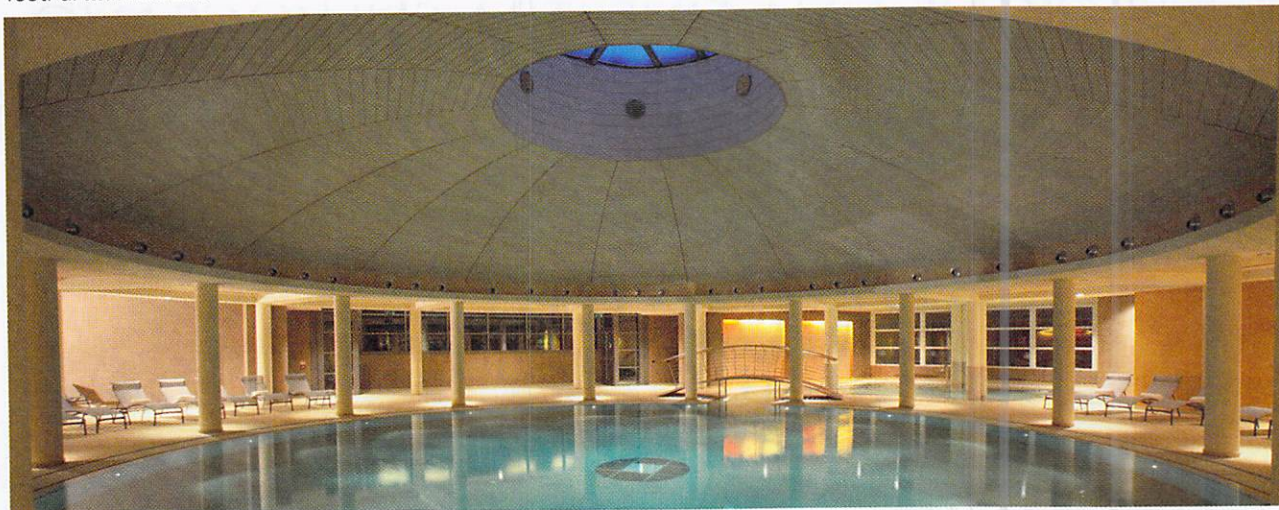


## BENESSERE

Testi di **Marilisa Zito**



**In alto:** veduta della grande piscina interna del Caesius Thermae & Spa Resort di Bardolino. **Sopra:** una delle ampie e accoglienti camere. **Qui sotto:** la sauna con vista del 4 stelle Schneeberg Family Resort & Spa.



**BARDOLINO** (Verona) CAESIUS THERMAE & SPA RESORT

## Rigenerarsi sul Garda

La ricerca del benessere a tutto tondo, in chiave sia occidentale che orientale, è il filo conduttore di questo 4 stelle superior immerso in 40 mila metri quadri di parco a due passi da Bardolino, sul lago di Garda. **Strutturato in 5 edifici, con camere accoglienti, ristorante, piscine e giardini, vanta tre poli di eccellenza per relax e remise en forme.** Si parte dal centro benessere, con una piscina di 200 metri quadri, zona wellness privata e trattamenti di ogni tipo. Poi ci sono il centro termale, per cure idropiniche, ozono-terapia e irrigazioni nasali e orali, e il centro ayurvedico, fra i più apprezzati d'Europa, dove imparare a prendersi cura di sé secondo i principi millenari della medicina indiana. In più, 5 piscine esterne dotate di idromassaggi e idrobike, ristoranti con diete personalizzate e menu light, area bimbi e campi da tennis.

### info

**Caesius Thermae & Spa Resort**, via Peschiera 3, Bardolino (Verona), 045/721.91.00; [www.hotelcaesiussterme.com](http://www.hotelcaesiussterme.com)  
**Camere:** 185 di diversa tipologia. **Prezzi:** doppia con colazione a partire da 170 €. **Apertura:** tutto l'anno.

**RIDANNA** (Bolzano) HOTEL SCHNEEBERG FAMILY RESORT & SPA

## Alto Adige in famiglia

Un regno per i bambini perfetto anche per gli adulti grazie all'ampiezza e alla razionalità degli spazi: è la magia di questo **Family resort circondato dai monti, con camere ampie e funzionali, cucina gourmet e attività rilassanti e ricreative per tutti.** Al benessere sono dedicati ottomila metri quadri, con due piscine esterne e una interna, un Family Acqua Park a misura di bambino e un'area spa solo per adulti con 12 saune, percorso Kneipp e ogni tipo di trattamento. Inoltre spa suite per le coccole in coppia e tante attività, fra cui yoga, pilates e meditazione con campane tibetane.

### info

**Hotel Schneeberg Family Resort & Spa**, Masseria 22, Ridanna (Bolzano), 0472/65.62.32; [www.schneeberg.it](http://www.schneeberg.it) **Camere:** 200 di diversa tipologia. **Prezzi:** doppia in pensione completa da 85 € a persona. **Apertura:** tutto l'anno.