



## QUALCOSA DI SPECIALE

**M**ai provato il massaggio hawaiano Lomi Lomi Nui? Per i muscoli irrigiditi è il massimo e dopo la seduta ti sentirai sciolta come non mai! Fa parte del programma **Relax secondo la Mtc** (€ 234, soggiorno da € 152), insieme a un trattamento rilassante profondo e stimolante la circolazione linfatica, in cui i piedi vengono inseriti in un apparecchio a oscillazione. In più, hai un'ora di personal training con il terapeuta Shendo Shiatsu Andreas Steger e un check-up della vitalità MTC (medicina tradizionale cinese), con suggerimenti per uno stile di vita sano da seguire a casa. **Info: Alpenschlössl & Linderhof Wellnessresort - Cadipetra (BZ) - [www.wellnessresort.it](http://www.wellnessresort.it)**

## PURIFICARE LA PELLE

**A**cqua solfata: è il comun (e benefico) denominatore del percorso **Armonia del Corpo** (€ 223, soggiorno da € 172). Si comincia con un bagno disintossicante a base di zolfo e oli essenziali di pino, timo, limone e geranio, per proseguire poi con il **Trattamento Energy Legs** (impacco d'alghe anti-cellulite seguito da un massaggio drenante) e si conclude con **Sulfate Face** (pulizia del viso altamente depurativa e rigenerante nella grotta sulfurea). Compresi nell'offerta anche il menu "Feel Good" (piatti leggeri e dietetici) e "Move & Balance" (attività gym e accesso a zona saune e fitness). **Info: Bad Moos Dolomites Spa Resort - Sesto Moso (BZ) - [www.badmoos.it](http://www.badmoos.it)**



## RESET COMPLETO

**O**gni malessere ha un'origine che, se correttamente interpretata, può metterti sulla strada giusta per il recupero dell'equilibrio. Questo è quanto si propone il pacchetto **La Via del Cuore** (€ 1.925 da domenica a giovedì, mezza pensione), incentrato sull'applicazione di moderne tecniche di medicina olistica integrata. Tre colloqui di un'ora con il medico olistico, altrettanti bagni termali in vasca singola, trattamenti corporei personalizzati e serate formative sugli argomenti del giorno (aperte anche a esterni ed eventuali accompagnatori). **Info: Albergo Posta Marcucci - Bagno Vignoni (SI) - [www.postamarcucci.it](http://www.postamarcucci.it)**



## COCCOLE CON LA LUCE

**S**ei giù di corda? **Luma** (trattamento da un'ora e dieci minuti, € 100) risolve lo spirito come un tocco di bacchetta magica. Ingredienti chiave: pietre luminose, tocchi che riproducono sulla pelle antiche geometrie per incanalare le vibrazioni energetiche, oli essenziali di mirra e spezie che idratano, nutrono e riscaldano... Non è certo il solito massaggio, piuttosto un vero e proprio rituale psico-corporeo che combina i poteri della luce a manovre che portano a uno stato di rilassamento totale. Dopo si che sei pronta a ripartire alla grande! **Info: Cocca Hotel Royal Thai Spa - Sarnico (BG) - [www.coccahotel.com](http://www.coccahotel.com)**

