

Turismo Voglia di un weekend di puro relax? Ecco tre destinazioni che vi soddisferanno

Dalla montagna al lago, è tempo di benessere

Per chi vuole provare saune, peeling alle erbe alpine ma anche antichi trattamenti di ispirazione orientale, tre mete doc nelle valli Aurina e Pusteria (Alto Adige) e sulle sponde del lago d'Iseo. In coppia ma non solo

Immerso nel verde della valle Aurina, quasi al confine con l'Austria, il Wellnessresort Amonti & Lunaris, riaperto da pochi mesi dopo una ristrutturazione, promette una vacanza nel benessere. Oltre alle camere e alle suite, arredate finemente, è stata ampliata

l'area dedicata alla spa che si estende per cinquemila metri quadrati. Qui ci si rilassa nella nuova spaziosa piscina situata al quarto piano dell'edificio, che domina la vallata, si può leggere nella sala a raggi infrarossi oppure si prova la sauna, il bagno a vapore aromatico e

la tinozza Ice-Cube (una vasca d'acqua ghiacciata) che stimola la circolazione. Tanti i trattamenti di cui beneficiare, dai massaggi balinesi ai peeling con erbe alpine e oli caldi. Nuovi sono anche la Sky Lounge, dove dormire su amache o comodi divanetti a due

posti, e lo Sky Bar, con vista sulle montagne. E a chi vuole godere della natura, il resort propone tour in mountain bike e bici elettrica, ma anche arrampicata sportiva, rafting sul fiume Aurino e un volo in elicottero. Per info: www.wellnessresort.it

Lo spettacolo va in scena in sauna

Gli appassionati delle spa e delle alte temperature non possono perdere la sauna panoramica dell'hotel Winkler, con una parete completamente di vetro con vista sulla Val Pusteria. Dopo aver ritemprato il corpo al caldo, bisogna tuffarsi nella vasca d'acqua fredda esterna. Una passeggiata nel giardino diventa un toccasana a cui segue il completo relax in una delle zone adibite al riposo. Si può scegliere le sale con i lettini ad acqua oppure la "water shadow", con un gioco di luci creato dall'acqua che illumina le pareti, o scoprire la sala "salt & infrared" (sdraiandosi sui lettini, gli infrarossi si accendono e scaldano la schiena)

con le decorazioni di sale. O ancora distendersi sulle brandine sospese davanti all'idromassaggio. Caratteristica di questo wellness a cinque stelle è l'ingresso riservato ai soli adulti. Pacchetti speciali per maggio a partire da 145 euro. Info: www.winklerhotels.com

Un resort tutto ispirato all'Oriente

Dedicato a chi è alla ricerca di un'oasi di pace, a chi è affascinato dalla visione olistica delle filosofie orientali e a chi, semplicemente, vuole concedersi una vacanza all'insegna del relax. Il Cocca Hotel Royal Thai Spa di Sarnico è un

resort esclusivo affacciato sulle sponde del lago d'Iseo, nell'antico borgo medioevale alle porte di Bergamo. Nella Royal Thai Spa ci si può immergere in un paradiso esotico: ogni dettaglio richiama la filosofia orientale. Per oltre mille metri quadrati si estende l'area wellness con cabine (anche per le coppie) riservate a vari trattamenti ripresi da antiche discipline. Giungono dalla Thailandia, ad esempio, il massaggio thai tradizionale, il thai oil, il foot massage e quelli a quattro mani. Da provare anche il luma massage, che combina gli ancestrali poteri della luce con gli effluvi salutari degli oli essenziali. Info: www.coccahotel.com

