

marie claire

INCONTRI

Natalia
VODIANOVA
& **Adriano**
GIANNINI

ACCESSORI

LA VALIGIA
DEL WEEKEND

VIAGGI

isole lontane
vacanze vicine

ATTUALITÀ

FORSE NON
DOBBIAMO
PIÙ CREDERE
ALLE
COPERTINE



la
NUOVA
stagione



Nuovi orizzonti

NON SOLO REMISE EN
FORME: ORA LE SPA SONO
LUOGHI DI ESPLORAZIONE
E CONOSCENZA DI SÉ

di *Francesca Varasi*

VISIONI LIMPIDE Alla ricerca di stimoli primordiali. Premessa-pilastro per i soggiorni di relax dove gli spazi di benessere sono creati per far riaffiorare intense emozioni che fanno parte del nostro passato: «Il mondo è fin troppo complesso ora, quindi per rimettersi in forma sono essenziali semplicità e spensieratezza. Le spa vengono vissute come ricerca di un minimalismo rassicurante associato a un nuovo tema dell'infanzia, cioè stimolano a rivivere la fase esplorativa», sostiene Andrea Bovero, presidente della *World Spa Organization*. «Il design e il relax sono gli strumenti. Per questo sono diventate "materiche": il tocco va oltre il massaggio, diventa una componente dell'intera esperienza, l'ospite deve sentire il metallo, la pietra, il legno. La vista si riattiva, non ci si rilassa a "occhi chiusi" ma si vive appieno sia l'interno che l'esterno della natura circostante». È d'accordo Chiara Brentan, psicoterapeuta transculturale: «C'è un livello di stress e di ansia tale che ambienti in grado di stimolare una delle tappe dello sviluppo possono diventare una risposta di sostegno. Ovvio che non si possa vivere come bambini, ma questa nuova forma di benessere è una chiave insolita per concedersi di non essere sempre centrati sull'obiettivo da portare a casa, ma di concentrarsi sul flusso del piacere di connettersi con le nostre qualità umane». Moderne scienze come la PNEI (psiconeuroendocrinoimmunologia) sostengono che non esiste più una separazione tra l'essere umano - inteso come corpo, mente e spirito - e l'ambiente circostante: così come la mente influenza il corpo, anche l'ambiente interagisce con la salute e lo stato d'animo. «Nella dimensione della psicologia ambientale, le spa →





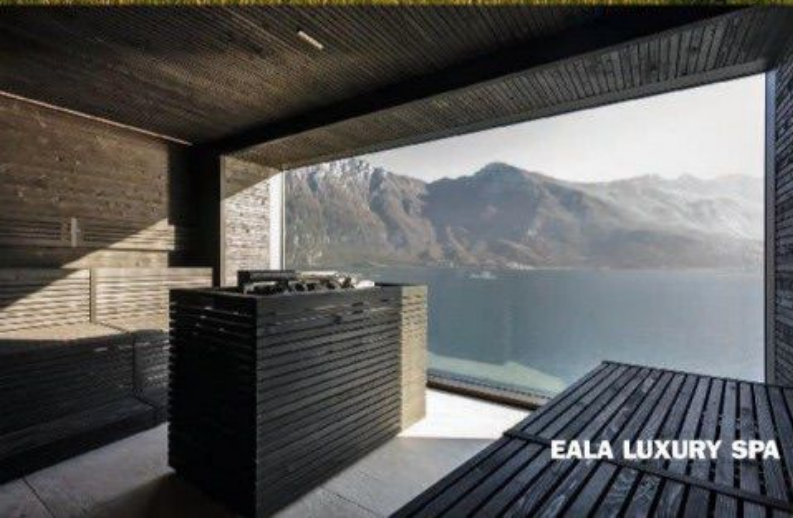
STANGLWIRT



HOTEL TERME MERANO



HOTEL SCHNEEBERG ZONA ADULTS ONLY



EALA LUXURY SPA

sono in grado di trasmettere a livello intuitivo - senza una razionalizzazione che crea dispendio di energie - sensazioni di serenità, quindi un ambiente costruito in funzione del riposo. Importantissimo per l'adulto perché dà la possibilità di ricevere quella coccola che comporta l'appagamento sensoriale, che raramente abbiamo dall'ambiente quotidiano», conclude Chiara Di Nuzzo, psicoterapeuta e psicologa del viaggio.

VALORI SICILIANI Tra le nuove realtà che si allineano a questi requisiti spicca L'Adler Spa Resort Sicilia, che aprirà a luglio 2022. L'eco-resort sorge sulla costa agrigentina, vicino alla Riserva Naturale Orientata Torre Salsa. Alla base del progetto c'è la massima integrazione paesaggistica. Immerso nella terra e affacciato sul mare, è realizzato con l'impiego di materiali naturali e locali, secondo i principi dell'architettura sostenibile. Tra i percorsi di punta c'è il «*Programma Spa Thalasso*, un lungo soin manuale drenante e anticellulite, con i principi attivi di alga marina siciliana e caffeina, più un trattamento idrodetox con un bagno al sale, un impacco alle alghe, due massaggi corpo a scelta personalizzati, il trattamento gambe leggere con massaggio, pressoterapia e bendaggio. Sei step da diluire nell'arco del soggiorno. Oppure il *Rituale dell'Etna*, che si può sperimentare anche in coppia: cento minuti che comprendono uno scrub corpo con polvere vulcanica per attenuare contratture e stimolare la circolazione, un bagno aromatico con essenze agrumate, un rilassante massaggio con pietre laviche», racconta la spa manager Giulia Ciccarello Spitaleri (adler-resorts.com).

ANDARE A RIVA Sempre il territorio, a Limone Sul Garda, ha ispirato le otto esperienze sensoriali di Eala Luxury Spa, tra cui *Sirmione*, un'insaponatura di fango termale in hammam per detossinare e rigenerare, un impacco termale a base di acque sulfuree salso-bromoiodiche per purificare la pelle e un massaggio detossinante e drenante specifico gambe, e *Riva del Garda*, dove lo scrub è effettuato con una miscela di caffè locale, olio di cocco e peperoncino per poi passare al mas-

→



**VEDERE
LONTANO**
LA POSIZIONE
PANORAMICA
DELLA
SCENOGRFIC
THALASSO-
WHIRLPOOL
SUL TETTO
IPOGEO NELLA
ZONA SPA
DELL'ADLER
SPA RESORT
SICILIA.