

Dalla montagna al mare, quattro luoghi SPECIALI dove grandi e piccoli possono vivere esperienze di BENESSERE su misura.

Testo di VALENTINA SORRENTI

Relax alla BABY SPA

TRA LAGUNA E RELAX. Al nuovissimo *Cavallino Bianco* Caorle, Venezia, la vacanza si apre al territorio con un ricco programma di esperienze outdoor pensate per la famiglia. Dai tour in e-bike tra la laguna e gli antichi casoni alle escursioni nella riserva naturale di Vallevecchia, passando per uscite in barca e lezioni di vela, windsurf e wing foil, tennis e padel. Tutte attività che invitano a scoprire il paesaggio in modo attivo e condiviso. Al rientro, negli oltre 4.000 mq dedicati alla wellness gli adulti si concedono una pausa nella spa e nella rooftop infinity pool, e intanto i bambini si divertono tra piscine riscaldate, giochi d'acqua e spazi pensati per loro. Un modo diverso di vivere il soggiorno al mare, alternando relax e avventura (cavallino-bianco.com).



WELLNESS ALPINO. Tra i boschi di Avelengo, sopra Merano, lo *Chalet Mirabell* ha costruito un'idea di benessere capace di coinvolgere tutta la famiglia. La spa adults only di 6.000 mq accoglie gli adulti tra piscine, saune, bagni di vapore e percorsi dedicati al relax, i bambini, invece, hanno a disposizione una family spa con baby e kids pool, scivoli e giochi d'acqua, oltre a un kids club ricco di attività indoor e outdoor. A completare l'esperienza, un nuovo parco giochi immerso nel verde, pensato per stimolare movimento e fantasia in totale sicurezza. La natura circostante invita poi a vivere la montagna insieme, tra passeggiate, trekking ed escursioni. Da non perdere la cena gourmet nel fienile in compagnia degli alpaca: un momento che rimarrà un ricordo indelebile delle vacanze in famiglia (chalet-mirabell.com).

RITROVARE L'EQUILIBRIO. La novità dell'Adler Balance di Ortisei (BZ) si chiama Adler Balance Kids & Teens, un programma olistico dedicato a bambini, ragazzi e famiglie, pensato per ogni fase della crescita. Un approccio che porta il concetto di wellness anche nel mondo dei più giovani con percorsi studiati per favorire equilibrio, energia e consapevolezza. *Baby Balance* (0-3 anni), *Little Balance* (3-7 anni), *Junior Balance* (8-12 anni) e *Teen Balance* (13-18 anni) accompagnano bambini e ragazzi nelle diverse fasi dello sviluppo, mentre *Mom Balance* dedica alle mamme un percorso di riequilibrio fisico ed emotivo per recuperare energie e gestire lo stress. Accanto a questa nuova proposta, l'Adler Balance conferma la sua vocazione di medical spa con programmi personalizzati dedicati alla salute, alla prevenzione e alla rigenerazione dell'organismo degli adulti. Cinque i percorsi principali: prevenzione e diagnostica, dimagrimento e nutrizione, gestione dello stress, depurazione e medicina estetica anti-aging. Il benessere continua negli ambienti della Residenza Balance, costruita secondo i principi della bio-architettura e immersa nella quiete delle Dolomiti, con spa-suite luminose arredate con materiali naturali e cucina bio-light personalizzata. A completare il soggiorno, l'accesso al Mondo delle Acque con piscine, saune, bagni di vapore e aree relax, oltre alla spa dell'Adler. Un luogo dove il wellness diventa un'esperienza condivisa, capace di coinvolgere adulti, bambini e ragazzi in un nuovo equilibrio tra corpo, mente e natura. (adler-resorts.com).



Ci sono luoghi dove il tempo rallenta, i genitori si riposano e i bambini scoprono che il benessere può essere anche divertimento.



DOLOMITI FORMATO FAMIGLIA. Nel cuore della Val Pusteria, l'Hotel Fameli di Valdaora (BZ) è una destinazione che profuma di legno, aria pulita e tempo ritrovato. Immerso nelle Dolomiti, accoglie grandi e piccoli con spazi pensati per ogni esigenza: i bambini vivono avventure tra giochi, laboratori creativi e attività nella natura, mentre i genitori possono dedicarsi momenti di relax nella spa adults only o nelle piscine panoramiche con vista sulle montagne. Dalla family fun pool alla sky pool riscaldata, fino ai trattamenti beauty dedicati a tutta la famiglia, ogni esperienza invita a rallentare e riconnettersi. Tra escursioni nei boschi, percorsi sul Plan de Corones e programmi educativi a contatto con l'ambiente alpino, il Fameli propone una vacanza in cui ciascuno trova il proprio spazio, tra libertà, scoperta e il piacere di vivere la montagna insieme (fameli.it). *marie claire*