

VOGUE

ITALIA

Link: <http://www.vogue.it/bellezza/wellness-fitness/2017/06/07/global-wellness-day-indirizzi-spa-hotel-resort-italia-trattamenti-corpo-viso/>

7 Giugno 2017



Quante volte dimentichiamo di riposarci, dedicarci una pausa rilassante o, semplicemente, regalarci un massaggio? Se, come spesso accade, siete stressate dal lavoro, stanche e demotivate, potete approfittare del 10 giugno, *Global Wellness Day*, per riappropriarvi di un ritmo più sano e slow e magari prenotare un trattamento in spa o una notte in un wellness hotel nella natura.

«Questa giornata è stata creata con la semplice idea di dare al mondo la consapevolezza dell'importanza del benessere. Attraverso questa iniziativa, abbiamo deciso di far diventare il mondo un posto migliore

e lo abbiamo fatto partendo da noi stessi», spiega Belgin Aksoy, fondatrice dell'agenzia di consulenza Richmond International, operante nel segmento dell'hôtellerie di lusso. Per questa quinta edizione della giornata del benessere è stata infatti lanciata un'iniziativa che prevede di coinvolgere ambasciatori e volontari provenienti da oltre 90 Paesi del mondo i quali, nell'arco di una sola giornata, daranno vita a eventi ed incontri dedicati al concetto di wellness.

L'obiettivo del progetto, di cui in Italia [comfort zone] è tra i marchi ambasciatori, sarà quello di ricordare a tutti quanto un equilibrato benessere psico-fisico sia il primo step per prendersi cura di sé e degli altri. Tra appuntamenti sportivi, consigli di lifestyle, indicazioni per un corretto regime alimentare e tips per la gestione dello stress, imparando a vivere meglio.

A ricordare l'importanza del relax, intanto, è anche un'interessante novità editoriale: si intitola "Il potere del riposo.

Ottenere di più, lavorando di meno" (Feltrinelli). Andando controcorrente, l'autrice Marcella Danon sostiene che oziare potrebbe aiutarci a lavorare meglio, oltre a rimetterci in equilibrio con le nostre emozioni più profonde, troppo spesso ignorate.

Vi è venuta voglia di relax? Nella gallery abbiamo raccolto una selezione dei luoghi che, per la giornata del benessere e non solo, propongono programmi e rituel a tutto relax.

SILENZIO & ARMONIA

Nel Comfort Zone Space Milano Fiera, puoi provare l'Aromasoul Arabian Ritual Massage, un dolce massaggio aromaterapico rivitalizzante realizzato con olio di jojoba e oli essenziali dal profumo inebriante, come cannella, zenzero, cumino e noce moscata. Ispirato alla tradizione berbera, scioglie subito ogni tensione. All'**Excelsior Dolomites Life Resort****S** di San Vigilio di Marebbe, in Alto Adige, ci si perde nei cinque piani della SPA Dolomiti, 1300 metri quadri di puro benessere, circondati da una piscina panoramica riscaldata a 31° e un'altra vasca esterna a 35° con vista sulle cime. Non lontano, al Vigilius Mountain Resort di Lana si può prenotare il trattamento Sodashi corpo e cuoio capelluto, che si conclude con un riposantemassaggio idratante alla rosa e gelsomino.

VOGUE

Global Wellness Day 2017

7/17 GLI INDIRIZZI GIUSTI

Rituali benessere con ingredienti di montagna presso l'Excelsior Dolomites Life Resort****S di San Vigilio di Marebbe

[Close](#)





VOGUE

Global Wellness Day 2017

9/17 GLI INDIRIZZI GIUSTI

Acqua e vapori a volontà anche nel celebre hammam del resort Garberhof di Malles, in Val Venosta

[Close](#)



VOGUE

Global Wellness Day 2017

10/17 GLI INDIRIZZI GIUSTI

Trattamenti viso extra lusso presso l'hotel Lido Palace di Riva del Garda ©Eleonora Raggi

[Close](#)