

Link: <https://www.vanityfair.it/benessere>

2 Ottobre 2017

## In Homepage Benessere:



SPA E TRATTAMENTI

### Benessere e solitudine: 10 luoghi esclusivi in cui ...

10 luoghi esclusivi dove essere piacevolmente "irraggiungibili". Per godersi un break disconnessi da smartphone e social, ma connessi con se stessi e con la natura

di LIDIA PREGNOLATO

Link: <https://www.vanityfair.it/benessere/spa-e-trattamenti/2017/10/02/spa-benessere-luoghi-esclusivi>

## Benessere e solitudine: 10 luoghi esclusivi in cui essere piacevolmente irraggiungibili

VF



1

### Contatto diretto con la natura

È un autentico ritiro nella natura, l'**Hotel Sechhof di Naz (BZ)** - a 7 km da Bressanone - che, lontano dal turismo di massa della Valle Isarco, vi suggerisce di riporre smartphone, tablet e portatili nel cassetto, per immergervi completamente nel regno naturale fatto di boschi, campagne e il laghetto di Flötscher Weiher sulle cui rive ammirare gli aironi. La natura è in dialogo costante con l'architettura del resort, che ospita una Spa con accesso diretto sul lago, la piscina infinity riscaldata esterna e il ristorante **Borgo dei Sapori** in cui scegliere le prelibatezze locali come in un mercato gourmet. L'ideale per riconciliarsi con sé stessi, partecipando ai tour lenti in e-bike o alle escursioni tra ruscelli. **Info:** [sechhof.it](http://sechhof.it)

VF



5

### Nella torre “fuori campo” dell’Alpe di Siusi

Una torre del XIII secolo, lo sguardo sulle linee dolomitiche dello Sciliar e il segnale dello smartphone che non riceve. È la proposta digital detox del **Romantik Hotel Turm di Fiè allo Sciliar (BZ)**, che ha volutamente lasciato alcune aree di questa antica struttura **prive di connessione internet**. Nelle camere della torre storica, in particolare, gli ospiti riescono a riposare in modo impeccabile, per poi godersi la tranquillità della piscina nel giardino sul panorama incantato. Un privilegio per quanti vogliono riconciliarsi con la natura e con se stessi, approfittando dei tanti sentieri che si inoltrano tra i boschi, le vette e il naturale Laghetto di Fiè.

**Info:** [romantikhotels.com](http://romantikhotels.com)

VF



7

### Sulla spiaggia selvaggia dell’estremo sud della Sardegna

Essenze di mirto, lavanda e ginepro inebriano l’aria di uno dei luoghi più remoti e selvaggi del **sud della Sardegna**. Sforano le dune di sabbia modellate dal vento, il suono delle onde che si infrangono sulla spiaggia limpida circondata dalla macchia mediterranea appena fuori dal giardino dell’**Hotel Aquadulci**, in località Spartivento a Chia (CA). Un luogo autentico, per godersi il sole, pensare e liberarsi dalle incessanti connessioni della vita quotidiana. **Info:** [aquadulci.com](http://aquadulci.com)

10 luoghi esclusivi dove essere piacevolmente “irraggiungibili”. Per godersi un break disconnessi da

# smartphone e social, ma connessi con se stessi e con la natura

Siamo sempre connessi. Trascorriamo ore davanti agli smartphone, [guardiamo i social in continuazione](#), poi passiamo davanti al computer per lavoro e magari concludiamo la serata guardando una serie tv.

Per vivere bene con le nuove tecnologie, ogni tanto c'è bisogno di **staccare letteralmente la spina**, di “tagliare” le linee con il mondo e **riconnettersi con la terra, isolarsi per un po'**, riassaporando i vantaggi del silenzio, dove i rumori non esistono, ma ci sono solo i **suoni veri della natura**.

All'inizio potrà sembrare strano, quasi alienante, visto il frastuono nel quale siamo ormai abituati a vivere, ma poi sarà un sollievo, **una rigenerazione dei sensi** e saremo pervasi da un'ondata di benessere, consapevolezza interiore e calma (questa – ormai – sconosciuta).

E tra un momento di silenzio e l'altro, possiamo anche concederci qualche [dolce coccola](#), una lezione di yoga, un centrifugato naturale da sorseggiare guardando l'orizzonte o, semplicemente del [dolce far niente](#).

Per aiutarvi nel raggiungimento di questo stato di pace interiore, abbiamo selezionato nella **gallery qui sopra 10 luoghi esclusivi** in cui essere piacevolmente irraggiungibili... Almeno per un po'!