

HAPPY 80TH BIRTHDAY

GRAZIA

settimanale n. 43
11/10/2018
Ottobre 2018

POPPY DELEIVINGNE
La mia famiglia complicata

IRINA SHAYK
La mia fame di successo

News
Reddito di cittadinanza:
ma siamo sicuri?

E CON

GHALI

CHRIS HEMSWORTH

ALESSANDRO PREZIOSI

POPPY DELEIVINGNE
32 ANNI
MODELLA
E ATTRICE

**SPECIALE
BORSE
SUPERSTAR**



LE FORME DELL'ACQUA

CASCATE, VAPORI E
PISCINE DOVE
SCOPRIRE I SEGRETI
D'ORIENTE. OTTO
IDEE DI VACANZA
PER AFFRONTARE
L'AUTUNNO
CON UNA NUOVA
ENERGIA

DI Martina D'Amico



Sopra da sinistra, i paesaggi della Val D'Orcia in Toscana e le QC Terme Bagni di Bormio, in Valtellina.

PER SENTIRSI PIÙ LEGGERI

Nell'incantevole Val d'Orcia, in Toscana, l'acqua termale di Bagno Vignoni sgorga proprio vicino all'**Adler Spa Resort Thermae** (adler-thermae.com). Queste sorgenti ricche di minerali sono preziose per la salute della pelle e hanno una temperatura elevata che viene abbassata a 37 gradi per rendere piacevole il tuffo nelle piscine dell'hotel. **Tra le novità dell'Adler Spa Resort Thermae c'è un nuovo trattamento, la Dieta Mima Digiuno**, per aiutare le cellule a rigenerarsi, ridurre la massa grassa, riprogrammando anche il metabolismo.

ABBRACCIAMO GLI ALBERI

Acque tiepide, cascate e vapori benefici riscaldano il cuore di Merano, in Alto Adige, e il **Miramonti Boutique Hotel** (hotel-miramonti.com) a pochi minuti dal centro, da dicembre a marzo offre agli ospiti anche un ingresso alle terme cittadine. Nella Spa del Miramonti i trattamenti sono affidati alle proprietà della pianta locale: la verbena. Gli obiettivi sono purificazione e rilassamento e dopo ogni massaggio **si può godere il panorama delle montagne nella piscina a sfioro riscaldata**. Da provare anche la Forest Therapy: uno speciale giro guidato tra latifoglie e conifere per abbracciare gli alberi e a respirarne la tranquillità.

UN ANGOLO DI CINA

La medicina orientale si affaccia anche sul Lago di Garda. Nella cittadina di Limone, il **Park Hotel Imperial con il suo Centro Tao – Natural Medical Spa** (centrotao.it) è una punta di diamante per conoscenza delle proprietà terapeutiche della medicina naturale orientale. **Qui il benessere è anche accompagnato da un programma alimentare personalizzato**. A volte bastano pochi giorni per rimettersi in forma: da giovedì a sabato il programma Tao Minicura concentra terapie in grado di risvegliare le energie.

SUL TETTO DELLE DOLOMITI

In provincia di Bolzano, a San Vigilio di Marebbe, nel parco protetto più grande del Sudtirolo, l'**Excelsior Dolomites Life Resort** (myexcelsior.it) è direttamente

sulle piste di Plan de Corones e Sellaronda. Qui si trova l'avveniristico **Excelsior Dolomites Lodge**, che ospita anche la **Spa Castello di Dolasilla** disposta su cinque piani e con una piscina riscaldata sul tetto dove sentirsi letteralmente "incoronati" dalle montagne. Chi lo desidera può rilassarsi davanti al camino nell'**Outdoor Relax Lounge**, oppure entrare nella **Forest**, la speciale sauna a raggi infrarossi.

PER CHI HA SOLO 48 ORE

Per bagnarsi nelle preziose acque termali d'alta quota, QC Terme propone speciali pacchetti in Valtellina, ai **Bagni di Bormio** (qcterme.it, bagnidibormio.it), per una vacanza di benessere immersi nei colori autunnali. L'accesso illimitato alle terme Bagni Vecchi e Bagni nuovi, due notti con colazione e un massaggio da 25 minuti, partono da 456 euro per persona.

L'OASI DI FAMIGLIA

In un bosco incantato, a pochi minuti da Seefeld in Tirolo, c'è un'esclusiva oasi di benessere: l'**Interalpen Hotel Tyrol** (interalpen.com), che fa parte del circuito **The Leading Hotels of The World**. All'interno l'hotel una Spa di 5.300 metri quadri con **uno spazio pensato esclusivamente per le famiglie** e una speciale zona destinata solo al pubblico femminile, la nuova Ladies Spa.

IL POTERE DELLA LUCE

Sulle sponde del Lago d'Iseo, in un antico borgo medievale, il **Cocca Hotel Royal Thai Spa** (coccahotel.com) di Sarnico racchiude un angolo di Thailandia. La Royal Thai Spa è un autentico paradiso esotico. Da provare il Luma Massage, uno speciale massaggio che combina i poteri di raggi luminosi, fragranze e oli essenziali.

LA SORGENTE ESCLUSIVA

A Mariánské Lázně, nella Repubblica Ceca, c'è una sorgente minerale privata che si chiama Alexandra e si trova al **Falkensteiner Hotel Grand Medspa Marienbad** (falkensteiner.com): oltre alle piscine interne ed esterne la Spa è specializzata in diete su misura. Per tornare in città con una nuova energia. ■