

BEAUTY OPEN SPA

DI SIMONA FEDELE

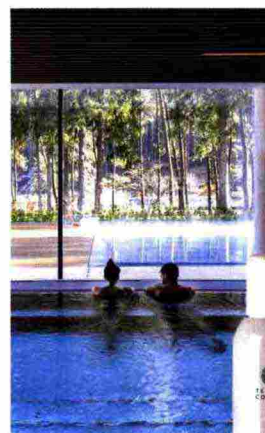


TALASSO PUGLIESE



Ci sono ulivi secolari, giardini delle delizie, mare blu, perfino una torre d'avvistamento del secolo XV, dei Cavalieri di Malta, a far da cornice alla **San Domenico**, Masseria per eccellenza. Tempio del benessere nel Brindisino da 25 anni, vanta una delle più belle piscine all'aperto, con acqua salmastra, tra rocce e cascatelle.

La vasca al coperto, invece, con acqua prelevata dall'Adriatico, a 400 metri di profondità, filtrata e riscaldata a 37 gradi, è il centro della talasso e delle sue cure. Come *Douce d'affusion*, massaggio decontratturante sotto una pioggerella di acqua di mare. Da provare il mix con trattamenti freddi per drenare, rassodare e alleggerire le gambe. Per esempio *l'algoterapia*, avvolgimento in alghe seguita da idromassaggio, si abbina all'*idrocrioterapia* con bike in vasca fredda (18 gradi), che aiuta a bruciare il grasso bianco del tessuto adiposo. Info: www.masseriasandomenico.com



IN BUONE ACQUE

Immergiti, bevi, respira. Rende bene l'idea della forza della sua sorgente, il motto delle **Terme di Comano**, vicino a Trento. La leggenda narra che la Sibilla guarisse con immersioni nella pozza della sua grotta. Oggi gli studi confermano che l'acqua, già conosciuta per le sue doti lenitive e cicatrizzanti, contiene microrganismi antibatterici e rigeneranti. Ottima per curare dermatiti e psoriasi, il "farmaco" naturale riempie le piscine, interna ed esterna, della **Thermal Spa** del Grand Hotel Terme Comano, ed è la base dei trattamenti in una delle spa più grandi del Trentino. Da provare nel flacone spray, che idrata e rinfresca con acqua delle Dolomiti. Info: www.termedicomano.it



IN SARDEGNA, NEL FORTE DEL BENESSERE

Il **Forte Village** di Pula, in Sardegna, è famoso in tutto il mondo per le sue spiagge bianche e la natura, quasi tropicale, in cui sono immerse ville, piscine, suite. Ma anche le sei vasche dell'**Acquaforte Talasso & Spa** sono straordinarie. Si tratta di un percorso unico, nato dalla scuola italiana di Talassoterapia, che prevede differenze di densità salina e temperature d'acqua. La prima vasca all'olio di mare, concentrato di sale di

magnesio, denso, quasi vischioso, rilassa i muscoli e drena per effetto osmotico. La seconda aggiunge aloe vera e menta rinfrescanti e sfiammanti, mentre la terza, a 37 gradi, è ricca di sodio e aiuta a eliminare le tossine. La quarta vasca comprende idromassaggi vari, la quinta ancora olio di mare in cui si galleggia come nel Mar Morto, infine la sesta con acqua vergine marina a 25 gradi tonifica. Info: www.fortevillageresort.com

