

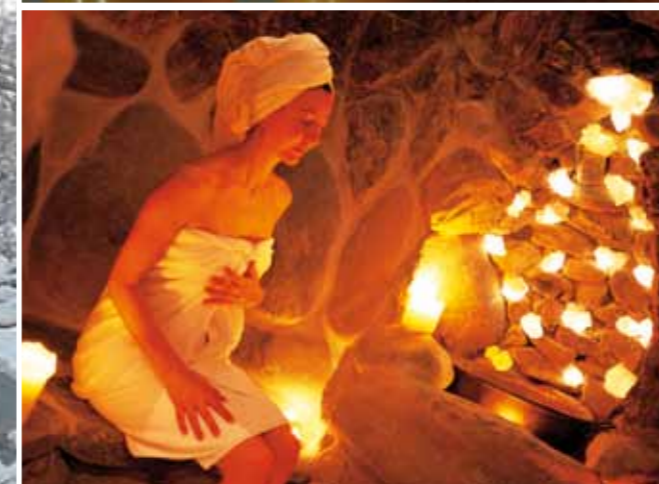
# Benessere ad alta quota

di Simona Lovati

DOPO UNA GIORNATA TRASCORSA SUGLI SCI O CON LE CIASPOLE AI PIEDI, È D'OBBLIGO UN "PIT STOP" ALLA SPA, PER DARE COMFORT ALLE NOSTRE ESTREMITÀ, MESSE A DURA PROVA DA TEMPERATURE DA BRIVIDO!



Hotel Aqua Dome



NaturHotel Lusnerhof



Hotel Aqua Dome

## A piedi nudi nel parco...

L'architettura del **NaturHotel Lusnerhof** di Luson, in Alto Adige, è in perfetta sintonia con la natura. Costruita secondo i principi della bioedilizia, la struttura è abbracciata da un grande giardino con un orto curato dalla padrona di casa, Maria, dove sono coltivate un'infinita varietà di piante, alberi da frutto, fiori ed erbe aromatiche, ingredienti utilizzati non solo in cucina, ma anche per il benessere degli ospiti. Liberati dagli scarponi da sci, l'ideale è il *Barefooting* (letteralmente, "camminare a piedi nudi"). Il percorso en plein air si snoda tra trucioli di legno, erba di campo, fieno appassito, sabbia, sassolini di fiume, cubetti di ghiaccio, biglie di vetro e tronchi d'albero sezionati, per ri-abituare la volta plantare a camminare libera da costrizioni, grazie al contatto con la diversità dei materiali. [www.luesnerhof.it](http://www.luesnerhof.it)

## Massaggi e relax

Camere e suites arredate secondo i principi del feng shui, buona cucina per deliziare il palato, ambientazioni di charme e la Spa con area termale più grande del Tirolo sono i punti di forza dell'**Hotel Aqua Dome** di Längenfeld, quattro stelle superior sulle alpi austriache. L'atmosfera della zona wellness è sublimata dalle vetrate, che consentono una vista a 360 gradi sulle montagne dell'Otztal, e propone massaggi e rituali di ispirazione orientale, così come a base di ingredienti locali, quali fieno, legno di quercia e olio fossile. A mani e piedi sono dedicati trattamenti con esfoliazione della pelle, massaggio, limatura e lucidatura delle unghie, oppure *Spa Manicure e Pedicure*, che comprendono uno scrub delicato e un massaggio dalle gestualità rilassanti e avvolgenti. [www.aqua-dome.at](http://www.aqua-dome.at)



### Idratazione non-stop

A Madonna di Campiglio, il **DV Chalet** è un design hotel che si prende cura dei suoi ospiti con un servizio su misura: venti camere una diversa dall'altra, ristorante e bistrot con menu naturali e bio e la possibilità di organizzare un'escursione al Maso Laetitia, dimora del Settecento di proprietà dei titolari della struttura, situata nel cuore del Parco Adamello Brenta. Al rientro, dopo una passeggiata o una giornata sulla neve, oltre ai tradizionali manicure e pedicure con applicazione di smalto, il *Trattamento idratante* prevede un bagno emolliente, seguito da esfoliazione e massaggio, per rigenerare e illuminare la pelle di mani e piedi.

[www.dvchalet.it](http://www.dvchalet.it)

### Unghie prêt-à-porter

Impacchi e massaggi alle erbe alpine, rituali di ispirazione orientale, protocolli di bellezza just for men, zona fitness e terrazza panoramica. Siamo al Castello di Dolasilla, dal nome di una principessa guerriera della mitologia sudtirolese, la Spa di cinque piani dell'**Excelsior Mountain Style Spa Resort** di San Virgilio di Marebbe, in provincia di Bolzano. Dopo avere coccolato mani e piedi con bagni e massaggi al legno di cirmolo, rilassanti e rigeneranti per la cute, il tocco glamour è l'applicazione dello smalto semipermanente *Artistic Colour Gloss*, firmato da Tom Bachnik, il manicurista delle star. Disponibile in un'infinita gamma di colori, si asciuga in soli trenta secondi con una speciale lampada, per un risultato impeccabile, di lunga durata e che non rovina le unghie naturali. [www.myexcelsior.it](http://www.myexcelsior.it)

### Soffici come la neve

Nel borgo di Saroch, a poca distanza dal centro di Livigno, il **Lac Salin Spa & Mountain Resort**, membro del gruppo Lungolivigno, accoglie i suoi ospiti in un'ambientazione sospesa tra design contemporaneo e materiali locali, come il legno chiaro e la moquette a righe, simile ai "pezzotti", i caratteristici tappeti valtellinesi. Il fiore all'occhiello è la Mandira Spa, 900mq di superficie, con lama d'acqua per il massaggio di spalle e cervicale, nuoto controcorrente, percorso Kneipp, fontana di ghiaccio, doccia emozionale, bagno di vapore e alle erbe. Per mani e piedi, i nomi dei trattamenti sono una promessa di armonia: *Mani nell'ovatta* e *Piedi tra le nuvole* svolgono un'azione emolliente e rilassante, grazie a manovre di massaggio con olio di cocco, mentre *Masque Modelant* è una metodica anti-age per schiarire la pelle delle mani. [www.lungolivigno.com](http://www.lungolivigno.com)

### Maschera avvolgente

L'**Hotel Angelo** è uno degli alberghi storici di Ortisei, in Val Gardena, gestito da quattro generazioni dalla famiglia Demetz, che, nel tempo, ha voluto conservare le caratteristiche delle tradizioni locali. Ne è un esempio la Stube, una tipica stanza delle case sudtirolese, rivestita dal profumato legno di cirmolo. Il centro benessere dispone di cinque cabine, una sala per i massaggi thai, solarium, saune, bagni di vapore, idromassaggio, area fitness, due piscine, una delle quali all'aperto, per fare "il bagno nella neve" e sauna alle erbe dedicata alle donne. La proposta *Manicure e Pedicure Speciale* comprende il gommage, per favorire il turnover cellulare, la posa di una maschera restituiva e massaggio relax finale. Su richiesta, applicazione di smalto semipermanente. [www.hotelangelo.net](http://www.hotelangelo.net)



DV Chalet



DV Chalet



Lac Salin Spa & Mountain Resort,



Lac Salin Spa & Mountain Resort,



Excelsior Mountain Style Spa Resort



Hotel Angelo



Hotel Angelo