

Turismo

La cultura dell'acqua affonda le sue radici nell'antichità. Non è un caso, infatti, che l'uso di immergersi sia proprio di ogni popolo e di ogni epoca. Vapori, profumi, tranquillità, distensione del tempo... La distensione del corpo e dello spirito era tenuta in gran conto nell'antica Grecia e presso i Romani, per i quali le terme venivano sovvenzionate dallo stato. L'eredità delle terme romane venne raccolta anche dall'Islam, che la diffuse sino alla Spagna, all'Ungheria e alla Grecia. Persino il Giappone e la Finlandia hanno un'antica tradizione per quanto riguarda i bagni, e il paese del Sol Levante, poi, è ricco di centri termali chiamati *furo*. All'inegribile fascino dei vapori profumati e dei massaggi si accompagna l'aspetto prettamente curativo e riabilitativo, legato alle specifiche proprietà delle tante acque di cui il nostro paese è ricco. Ecco qualche spunto per orientarsi e scegliere la meta ideale per cure e relax.



● **NELLA BASSA VALCAMONICA**, tra i boschi attraversati dal fiume Oglio, si trova **BOARIO TERME**, stazione di cura di cui si ha documentazione sin dal 1496 e la cui fama si amplificò dopo che Alessandro Manzoni, ospite nel 1845, ne tessè gli elogi. Lo stabilimento (topro), che risale al 1858, è inserito nell'ampio parco delle Fonti, un'oasi di 140mila metri quadri. Le acque sono mirate alla cura delle malattie circolatorie, del fegato e delle vie biliari, dell'apparato digerente, locomotore, respiratorio, urinario e ginecologico.

Info: n. verde 800800198, 0364525011, www.termedi-boario.it

Per un soggiorno di tutto relax e di livello, l'**Hotel Rizzi Aquocharme** (sotto): elegante 4 stelle vanta una Spa di 750 metri quadri con piscina, percorso Kneipp, docce emozionali, sauna, bagno turco, oltre a



di Paola Babich
e Adele Marini

programmi innovativi per il benessere psico-fisico, come la metodologia Brahm, che prevede tra l'altro particolari massaggi con bastoncini di vetro.

Info: tel. 0364531617, www.rizzicharme.it

● **A 30 KILOMETRI DA TRENTO**, le **TERME DI COMANO** (qui a dx) sono immerse in un'area verde ricca di conifere alle spalle del Garda, tra il Parco Naturale Adamello Brenta e la Val Lomasone; la loro acqua, già nota ai Romani, è unica in Europa ed è ideale per la cura di affezioni cutanee quali psoriasi, eczemi, dermatiti.

Info: **APT Terme di Comano-Dolomiti di Brenta** tel. 0465702626, www.comano.it

Vicissimo alla struttura sanitaria, il **Grand Hotel Terme** offre anche un settore interamente dedicato, con una parte termale convenzionata con il Sistema sanitario nazionale (cura con bagni termali, inalazioni, ventilazioni polmonari con ossigeno) e una pensata apposta per il benessere puro.

Se cerchi una vacanza rigenerante... **...punta su località termali e cen-**

NON SOLO TERME

Per un ininterrotto weekend di totale relax si può anche puntare su strutture non termali che dispongono, però, di centri benessere.

● **LA VAL D'ULTIMO, IN ALTA VAL DI NON (ALTOADIGE)**, è uno sprigno di gioielli: laghi di cristallo blu, aria tersa, profumi e antichi sapori, folklore, tradizioni... Oggi si vantaggia di un ambiente antico e incontaminato si sommano quelli dei centri alberghieri attrezzati per il benessere. In questi "paradisi nel paradiso" si nuota in piscine riscaldate, affacciate su scenari

da cartolina, ci si rilassa con massaggi e cure estetiche personalizzate. Ci si rilassa in ambienti studiati per ristabilire l'equilibrio psicofisico compromesso dallo stress quotidiano. L'**hotel Arosea life balance** a Praspopola-S. Valburga (sotto), situato a 1.150 metri di

altitudine, è una fantastica simbiosi fra la suggestività del paesaggio e gli ambienti interni. È dotato di un centro benessere "Rosarium Arosea" in cui si praticano trattamenti viso-corpo con essenze e prodotti naturali del luogo. Inoltre, vanta una cucina che utilizza

solo prodotti biologici e offre raffinati menu salutistici e personalizzati.

Info: tel. 0473785017, www.rosea.it, info@rosea.it

● Un viaggio in **ABRUZZO** può essere l'occasione per

scoprire rievocazioni storiche e religiose di grande fascino, borghi incantati e castelli di ogni epoca, ma soprattutto per ritrovare una natura ancora selvaggia nei parchi regionali e regionali che lo fanno fatto eleggere "regione verde d'Europa".

