

Estate

Grigliate nel verde e relax per chi non va in vacanza

■ ■ ■ IL GATTO E LA VOLPE

MILANO

■ ■ ■ Locali o beauty farm, ma tutto per ricaricare corpo e spirito durante le vacanze in città. **Blanco Café**, (Corsico, tel. 348/5848750) è il luogo ideale per organizzare, insieme agli amici rimasti a Milano, grigliate di carne e ascoltare tanta musica nel verde del parco. La cucina è attiva sempre fino alle 2 del mattino con grigliata, patatine, insalata, vino, birra, tutto a 20 euro compresa frutta fresca.

Un luogo in cui perdersi, ritrovarsi e ridare equilibrio alla propria energia interiore è **Rizzi Aquacharme Hotel & spa** di Boario Terme (tel. 0364/531617, www.rizziaquacharme.it): 86 camere, ristorante Acero Rosso, spa a due livelli di 750 mq, piscina termica, docce emozionali, area relax, metodo Brana, massaggio yoga tradizionale thailandese, programma dedicato al sonno in un luogo che fa sognare dove il benessere supera l'immaginazione. "Le camere della Luna" o me-



glio camere del sonno, sono un must: l'hanno capito bene al Rizzi Aquacharme, creando particolari stanze con materasso ergonomico, lenzuola in fibra d'argento, 96 placche d'argento magnetiche che permettono di orientare la testata del letto verso nord, coperta di lana merinos e cashmire realizzata con fibre di carbonio per scaricare l'accumulo di cariche elettrostatiche e magnetiche.

"La Tana dell'Amore", poi, è l'ultima idea per gli innamorati: la coppia viene fatta alloggiare in una meravigliosa suite con ogni comfort, incluso un'eccezionale seduta di massaggi Brana, cena in camera con un menu personalizzato e al mattino si risveglia con la colazione a letto. La giornata è poi dedicata a piscina, percorso salute e bagno turco. Nella camera sarà un trionfo di petali di rose, candele, fiori, luci soffuse e musica soft, la grande vasca idromassaggio verrà preparata con oli essenziali. Dopo l'idromassaggio di coppia, si brinderà con champagne.

Il libro dell'estate è scritto da Franco Copes, sensitivo e studioso di esoterismo, autore di "Il piede dalla A alla Z: la lettura del piede o podomanzia", con un'appendice sulla lettura degli occhi e del viso (Anima Edizioni): si tratta di un testo ispirato all'antichità, all'arte di leggere il piede di Egizi e Caldei, nel 2000 a.C. "La linearità e la purezza dei segni sulla pianta del piede danno una mappa più completa di quelle della mano - sottolinea Copes - la podomanzia è la capacità di interpretare le linee e la forma del piede per trarre preziose indicazioni sul futuro e il carattere della persona. Nel piede femminile le linee appaiono e si attenuano, l'uomo ha il piede più chiaro all'interpretazione. Le montagnette sono legate ai segni dello zodiaco, più alti sono i monti, più forti i sentimenti che si hanno nel cuore".