

MODALITÀ PAUSA

Voglia di giorni detox, per aiutare corpo e mente a resettarsi, in totale sicurezza, prima delle festività. Destinazione: centri termali ricchi di acque preziose, in un mix di balneoterapia, alimentazione calibrata, trattamenti mirati. E puro relax

di Mariangela Rossi



L'hotel Terme Esplanade Tergesteo, a Montegrotto Terme.

UN TUFFO SUL ROOFTOP

Già il benvenuto, con la statua di Buddha mentre si varca la soglia all'Hotel Terme Esplanade Tergesteo a **Montegrotto Terme** (Padova), è un anticipo della sensazione di relax, silenzio e quiete profonda. In un'atmosfera da casa privata, tra oggetti di design, opere d'arte, caminetti e mini pool in alcune camere. Ci si immerge nell'acqua salso-bromo-iodica delle sei piscine del parco termale, a una temperatura tra i 33° e i 36°, terapia ideale in caso di indebolimento articolare e muscolare, ma non solo. Si comincia dall'alto, RoofTop54, dove ci si dedica alla balneoterapia in acqua salata, mentre lo sguardo si perde sul verde. A scelta, poi si continua nella H203, che non è una camera ma una vasca con microbolle di ozono, con effetto depurativo o tonificante, e a seguire in tutte le altre. Un circuito ludico e benefico.

INFO: SPA & HOTEL ESPLANADE TERGESTEO, MONTEGROTTO TERME (PADOVA). PROGRAMMA DETOX: 5 NOTTI, PENSIONE COMPLETA, UNA VISITA MEDICA E UNA NUTRIZIONALE, TRATTAMENTI MIRATI, FANGO E BALNEOTERAPIA, A PARTIRE DA 1.845 EURO PER PERSONA. ESPLANADETERGESTEO.IT

