

HEALTHY NEWS

ESPLANADE TERGESTEO - LUXURY RETREAT

Y come... Young

IN UN'EPOCA IN CUI LA LONGEVITÀ È DIVENTATA LA NUOVA FRONTIERA DEL BENESSERE, ALL'ESPLANADE TERGESTEO, ICONICO RETREAT AI PIEDI DEI COLLI EUGANEI, IL TEMPO SCORRE SECONDO IL RITMO DI CIASCUNO, PER PERMETTERE AL CORPO DI RIGENERARSI E ALLA MENTE DI RITROVARE CHIAREZZA. PERCHÉ LA VERA GIOVINEZZA È SAPER STARE BENE CON SÉ STESSI.

“Forever young, I want to be forever young...”

Chi non ha mai canticchiato, almeno una volta, queste parole immortali degli Alphaville? Un inno senza tempo al desiderio universale di fermare le lancette, di trattenere quella luce negli occhi che solo la giovinezza sa donare. All'Esplanade Tergesteo – Luxury Retreat di Montegrotto Terme, alle porte di Padova e ai piedi dei Colli Euganei, quel sogno diventa esperienza concreta. Qui, infatti, la giovinezza non è un'illusione, un'utopia da ricercare forsennatamente in magici elisir, ma un equilibrio da ritrovare: tra scienza e benessere, tra mente e corpo, tra tempo che passa e tempo che non si ferma, ma si rigenera, si rimodella. Nei programmi **Longevity diversificati e altamente personalizzati** dell'hotel, tutto è pensato per dare forma a quel “forever young” che risuona dentro ciascuno di noi, non come negazione dell'età, ma come celebrazione dell'energia vitale, in un percorso reale di benessere e longevità. Tra antiche acque termali e innovazioni esclusive, questo concetto si trasforma in un'esperienza di rigenerazione totale attraverso un viaggio interiore e fisico verso la migliore versione di sé, quella in cui corpo, mente e spirito trovano un nuovo equilibrio.

Longevity Retreat LE PROPOSTE

I programmi Longevity combinano terapie mirate con un approccio scientifico volto a ristabilire l'equilibrio e migliorare la qualità della vita. Ogni soggiorno inizia con una consulenza medica introduttiva per valutare lo stato di salute e definire obiettivi personalizzati. Una valutazione nutrizionale e un piano alimentare su misura, basati sull'analisi dello stile di vita e dello stato di salute, supportano il benessere immediato e a lungo termine. Inoltre, test diagnostici avanzati offrono un quadro preciso delle esigenze individuali; i risultati vengono analizzati da professionisti per guidare strategie correttive e garantire la continuità delle cure anche dopo il soggiorno.

Weight Loss Retreat:

È il percorso personalizzato per ritrovare equilibrio, vitalità e una forma naturalmente più sana. Questo programma favorisce una perdita di peso sostenibile, migliora l'efficienza metabolica e aiuta a riscoprire il piacere di sentirsi bene nel proprio corpo.



Detox&Clean Retreat

È il programma rigenerante per purificare corpo e mente, eliminare le tossine e ristabilire l'equilibrio interiore. Grazie alla combinazione di trattamenti detossinanti, alimentazione sana e movimento consapevole, rinnova l'energia, migliora la salute della pelle e promuove chiarezza e vitalità complessiva.



Anti-Aging Retreat

È il percorso ringiovanente pensato per rallentare i segni del tempo, aumentare la vitalità e promuovere la prevenzione. Attraverso pratiche di benessere e un'alimentazione consapevole, aiuta a sentirsi più giovani, forti e radiosi, dentro e fuori.



Relax&Sleep Retreat

Una pausa rigenerante può aiutare a ritrovare la calma, alleviare le tensioni e migliorare la qualità del sonno. Grazie a terapie mirate e tecniche di rilassamento, questo programma aiuta a ristabilire il ritmo interiore, risvegliarsi pieni di energia e affrontare la quotidianità con nuova serenità e vitalità.



La forza benefica degli elementi

Accanto ai protocolli più innovativi, la forza millenaria dell'acqua termale continua a essere protagonista di ogni soggiorno all'Esplanade. Le piscine, dal design elegante e rilassante, diventano il teatro naturale di un benessere che scorre lento, fluido, essenziale. L'indoor pool, in diretta comunicazione con l'iconica White Pool outdoor, contiene l'acqua termale che viene vissuta per rilassarsi e rigenerarsi in un ambiente contemporaneo e originale. La stessa acqua termale, inoltre, arricchisce i celebri fanghi termali, vero toccasana dagli effetti detox per il corpo e vellutanti per la pelle.

Ma La "Y" di YOUNG è anche un bivio: tra ciò che siamo e ciò che possiamo diventare. All'Esplanade Tergesteo, infatti, questa lettera si piega verso la possibilità di scegliere il proprio ritmo, di rallentare consapevolmente per far fiorire una giovinezza diversa – quella che nasce dall'equilibrio e dalla cura di sé. Perché la giovinezza, in fondo, non è un numero. È un atteggiamento verso la vita, che si può riscoprire ogni giorno, goccia dopo goccia, respiro dopo respiro. Perché la longevità non è più solo un desiderio, ma una realtà da vivere appieno.