

IO DONNA - Giugno 2022

Speciale bellezza

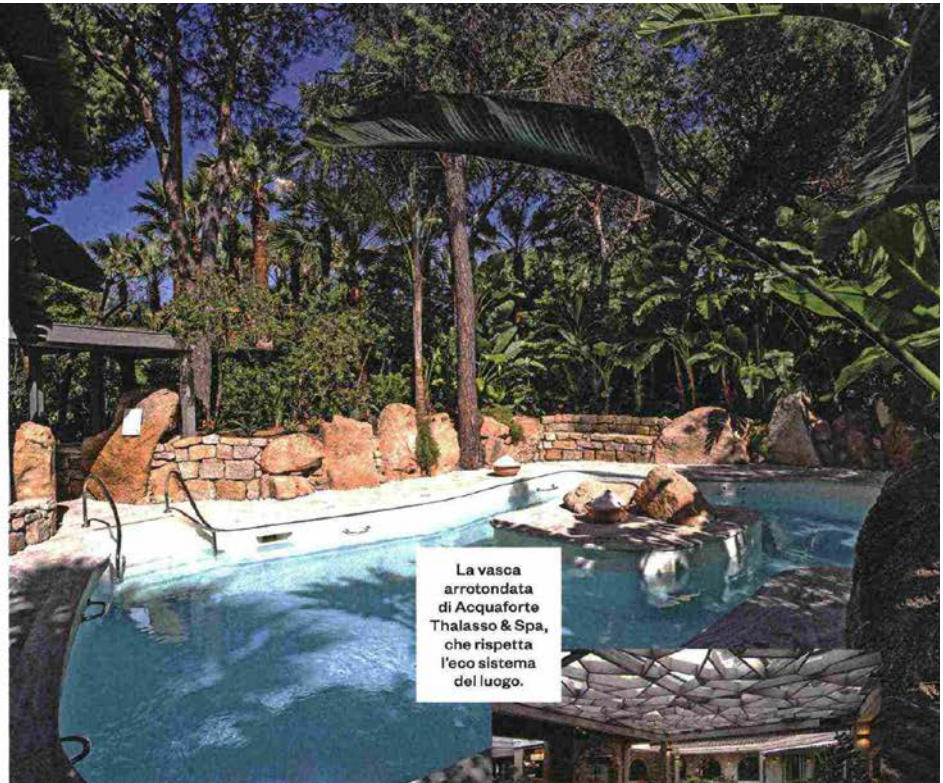
## Giochi d'acqua

Aquaforte Thalasso & Spa di Forte Village ha un nuovo abito, più pregiato, ma sempre naturale: il travertino, il celebre marmo di Orosei, con le tipiche inclusioni di fossili di conchiglie e coralli, la pietra sarda e il legno, diventano gli elementi protagonisti del restyling per la stagione 2022.

Un nuovo look che rispetta in pieno la filosofia della struttura: creare la massima armonia tra mente e corpo. Un vero angolo dei tropici nel cuore del Sud della Sardegna.

Il dottor Angelo Cerina, direttore sanitario, con una lunga esperienza nel settore sportivo del calcio, usava per i trattamenti riabilitativi prevalentemente la psammoterapia, di cui la talasso rappresenta un ramo fondamentale delle attività curative che sfruttano i prodotti del mare. Da allora, grazie agli studi del dottor Cerina, molta strada e molta ricerca hanno reso Forte Village un'eccellenza in questo campo. A cominciare dal microclima, dall'acqua di mare del Golfo di Santa Margherita, che non è stagnante e nel medesimo tempo non è esposta a venti particolari con il vantaggio di preservare una salinità perfetta. Fondamentale per i suoi valori curativi l'Olio di Mare, tra gli antinfiammatori più potenti presenti in natura.

**I fiori all'occhiello:** trattamento esfoliante al sale nativo, massaggio talasso e percorso "gambe nel cielo".



La vasca arrotondata di Aquaforte Thalasso & Spa, che rispetta l'eco sistema del luogo.

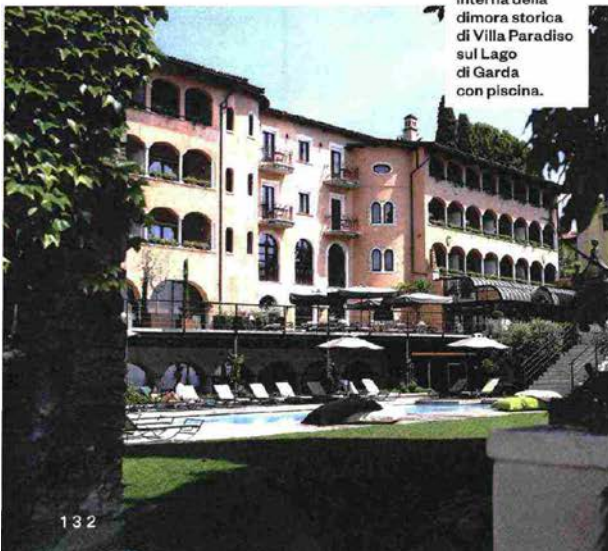
## La vacanza alternativa

*Benvenute in spa: la scelta diversa che trasforma il soggiorno in una pausa di benessere rigenerante. Per ritornare in forma, anche divertendosi*

di Cristina Milanese



La facciata interna della dimora storica di Villa Paradiso sul Lago di Garda con piscina.



## Romantico relax

Villa Paradiso, dimora storica adagiata sulle sponde del Lago di Garda, a Gardone Riviera è il luogo ideale per eliminare ogni tensione abbandonandosi allo scorrere lento e naturale del tempo. Ci racconta Joëlle Vassal, anima del resort: «Grazie all'informazione e ai progressi raggiunti nel settore della salute e del benessere, anche il pubblico vacanziero mostra sempre maggior interesse e consapevolezza verso un soggiorno in una struttura ben organizzata dove vivere il periodo di riposo dal lavoro dedicando tempo al proprio equilibrio psico fisico, senza nessun genere di mortificazione». Restano in primo piano

i trattamenti studiati su misura per ciascun ospite, affiancati a una dieta gustosa con ingredienti rigorosamente a chilometro zero. Ma fondamentali sono anche le pause dedicate al relax a bordo piscina o sul molo adagiato nelle acque del lago per immergersi nei colori del tramonto sorseggiando un fresco succo detox preparato al momento. Al termine delle cure si organizzano passeggiate per scoprire bellezze paesaggistiche o romantici tour in barca lungo le coste del lago.

**I fiori all'occhiello:** le sedute di yoga in una dependance nel magnifico giardino, dove l'unico rumore è quello delle onde del lago. E la scuola di cucina che usa gli ingredienti raccolti direttamente dall'orto.