

# Italia a Tavola



**UN GESTORE DEVE ESSERE MANAGER!  
ECCO IL SOFTWARE-KIT  
DEL RISTORANTE**



## LA MONTAGNA CHE FA BENE AL CORPO



di *Lucia Siliprandi*

**A**ll'Alpe di Siusi, a circa 1.800 metri d'altezza, sorge l'Adler Lodge Alpe, un elegante rifugio a 5 stelle. La struttura, che fa parte di Adler Spa Resorts & Lodges, è attornata da un paesaggio naturale di rara bellezza. Costruito in legno naturale secondo i criteri dell'eco-compatibilità, l'albergo è composto dal main lodge, che ospita gli spazi comuni e le suite, e da chalet realizzati su due livelli dotati di sauna privata e balconi con vista sulle Dolomiti. L'arredamento mescola lo stile locale a elementi tipici dei lodge namibiani: sulle pareti, ad esempio, gli intarsi di tessuto dai colori vivaci richiamano gli ornamenti tribali. La Spa offre sauna al fieno e finlandese, infinity pool riscaldata e un nuovo bagno turco in pietra onice. I trattamenti

s'ispirano alla natura del luogo come nel massaggio che impiega sacchetti ripieni di erbe alpine e oli vegetali. Qui l'arnica, dalle note proprietà antinfiammatorie e antidolorifiche, unita al rosmarino e alla lavanda dona vigore ai muscoli e alle articolazioni. Il bagno al latte di montagna, è, invece, un vero toccasana per le vie respiratorie. Ricco di vitamine e minerali stimola anche la rigenerazione della pelle.

Per sciogliere le tensioni più profonde, suggerito Adler Revive: prima caldi cuscini preparano il corpo ad un massaggio eseguito con rulli in legno e con particolari tecniche manuali per consentire agli oli essenziali e ai balsami di penetrare in profondità, poi un benefico olio caldo è sparso sul viso, schiena e cervicale. [cod 70351](#)

**Adler Lodge Alpe**  
via Piz 11 - 39040 Alpe di Siusi (Bz)  
Tel 0471 723000  
[www.adler-resorts.com](http://www.adler-resorts.com)