

3 DICEMBRE 2019 - N. 51

Ispira il tuo benessere

Starbene

1,50 €

**MALANNI
DI STAGIONE**
RINFORZA LE
TUE DIFESE
CON DOLCEZZA

**VERDURE
CUOCILE
COME DICE
LA SCIENZA**

Chef, food
blogger o
influencer?
Semplicemente
ALIDA GOTTA

**SI CHIAMA
NATKED**
IL NUOVO
TRAINING
che allena
forza e
flessibilità

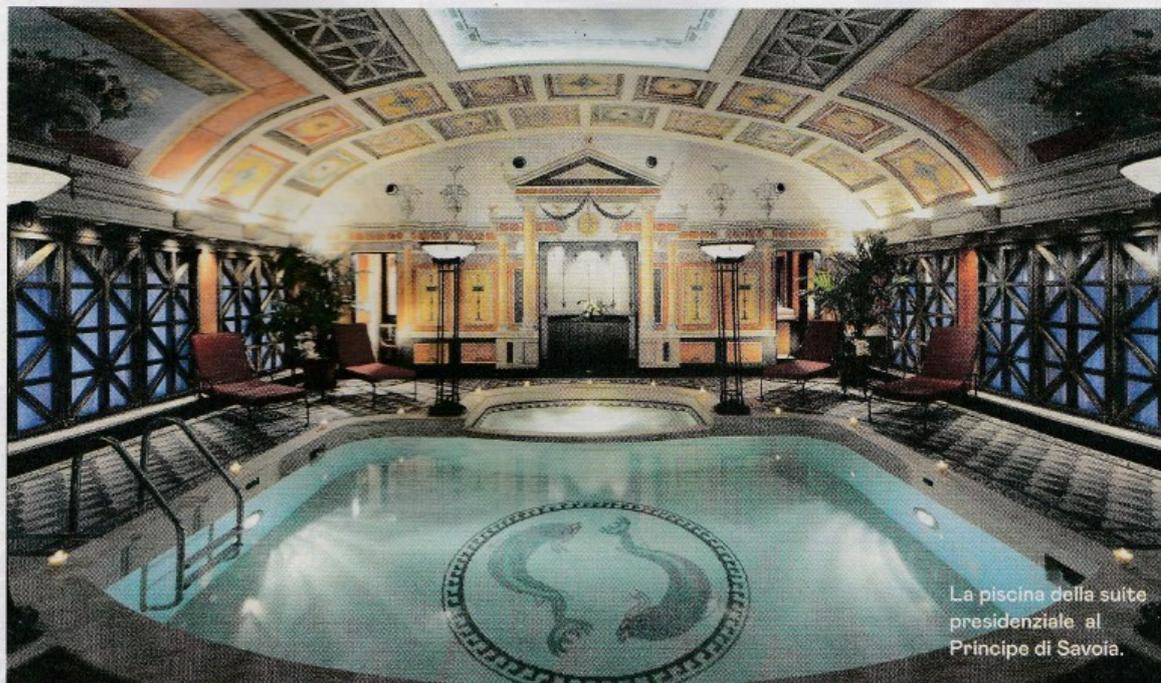
**REGALI
DI NATALE**
32
IDEE
BEAUTY

**TINTE
PER
CAPELLI**
Naturale
è meglio



GRUPPO  MONDADORI

Settimanale - dicembre - anno XLII - n.51 - Poste Italiane SpA - Sped. in A.P. DL. 353/03 art. 1 comma 1, DCB Venezia - Abbonamento €4,30 - Germania €5,30 - Belgio €4,20 - Spagna €4,30 - Francia €4,30 - Lussemburgo €4,30 - Portogallo (cont.) €4,00 - Svizzera Canton Ticino CHF 4,40 - Svizzera CHF 4,60 - U.K. £4,50 - Usa \$ 6,50 - Canada \$ 6,50 - MC, Côte d'Azur €4,40



La piscina della suite presidenziale, al Principe di Savoia.

WELLNESS

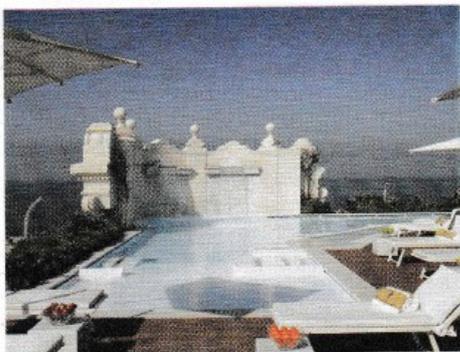
Appuntamento nelle Spa "principesche"

Alcuni alberghi storici di lusso hanno aperto le porte dei loro centri benessere anche ai clienti esterni. Un'occasione per rilassarsi in ambienti pieni di fascino e sperimentare trattamenti esclusivi

di **Francesca Pietra**

① Il Club 10 dell'Hotel Principe di Savoia di Milano

A fine Ottocento si chiamava Hotel Du Nord: a due passi dalla Stazione centrale, in una zona allora periferica, era la sosta preferita dagli uomini d'affari. Negli anni Venti, dopo la ristrutturazione, ha preso il nome di Principe di Savoia e da allora ospita i vip di tutto il mondo. La sua Spa, al decimo piano, è la prima nata all'interno di un albergo, a Milano. La collocazione è unica: dalla terrazza si vedono tutti i grattacieli della metropoli, dal Pirellone, al Bosco Verticale alle Torri di City Life. Il fiore all'occhiello? «I trattamenti a base di proteine della seta "koishimaru". Si tratta della seta più preziosa, usata in Giappone per gli abiti della famiglia imperiale: le sue proprietà anti-age vennero scoperte osservando le mani eternamente giovani delle filatrici. La straordinaria proteina rappresenta il cuore dei prodotti Sensai, utilizzati solo in un paio di Spa in tutta Italia, di cui una è la nostra», spiega Mafalda Strolla, Spa manager del Club 10. L'ingresso giornaliero, comprensivo di un massaggio di 50 minuti costa 150 € (dorchestercollection.com.)



②

La Spa Suite 62 del Grand hotel Principe di Piemonte a Viareggio (Lucca)

Il Grand hotel fu costruito nei primi decenni del Novecento, proprio quando Viareggio si arricchì delle tante costruzioni in stile Liberty (dalle tipiche villette, chiamate viareggine, agli esercizi commerciali sul lungomare come il Bagno Balena o l'Emporio 48) che caratterizzano la città ancora oggi. Imponente e maestoso, l'albergo è stato ristrutturato più volte ma ha sempre mantenuto il suo fascino di residenza di lusso degli anni '20. «La Spa ha un suo ingresso autonomo: appena varcata la soglia, si viene guidati passo passo nelle varie tappe del percorso benessere», spiega Manuela De Simoni, responsabile del centro Suite 62. Il primo step è al quinto piano, dove c'è la terrazza con la piscina di acqua salmastra riscaldata, gli idromassaggi e la vasca kneipp. «Dopo i bagni l'ideale è rilassarsi godendosi il panorama (di fronte c'è il mare, alle spalle la cornice delle Alpi Apuane) distesi sul lettino del solarium. A richiesta si possono ricevere massaggi per aprire le vie respiratorie e approfittare al meglio dell'azione detox e tonificante della brezza marina. Poi si passa al thermarium, che è situato in un piano sotterraneo. Prima si fa il bagno turco, depurativo, a seguire la sauna, per il benessere di muscoli e ossa. Infine si può concludere con un trattamento. L'offerta è ricchissima. «In questa stagione è molto apprezzato il rituale alla cannella e allo zenzero, che evoca il profumo dei dolci natalizi», racconta Manuela De Simoni. L'ingresso alla Spa per 2 ore costa 35 € (principedipiementospa.it).

A PARIGI: LA SPA 28 DEL PRINCE REGENT

Nel VI arrondissement, quello del boulevard Saint Germain, si può fare tappa alla Spa dell'hotel Prince Regent. La piscina e l'hammam sono stati creati nelle grandi cantine dai soffitti a volta del XVIII secolo e l'atmosfera è molto suggestiva. Da provare i trattamenti bio dei laboratoires du Cap Ferret, con ingredienti sinergici di origine vegetale e marina. Tutti i "soins" (a partire da 60 €) danno diritto a un'ora di utilizzo della Spa (spa28.fr).

③

L'Alkemy Spa dell'Hotel Principi di Piemonte a Torino

Aperta da pochi mesi, la Spa Alkemy è una delle novità portate dalla ristrutturazione di questo hotel di lusso degli anni Trenta, splendido esempio di stile razionalista, rigoroso ed essenziale. Dopo aver fatto un salto nel passato tra gli arredi Art déco della hall si prende l'ascensore per scendere al centro benessere, e si viene trasportati ancora più indietro nel tempo, in un ambiente che a tratti evoca quello delle terme antiche, con preziosi mosaici dorati. Nella Spa la piscina con idromassaggio è grande e bella. Ma il punto di forza del centro sono i massaggi, "tagliati su misura" in base alle esigenze individuali (gettonatissimi quelli per sciogliere le contratture da smartphone e pc). I trattamenti per il viso, inoltre, utilizzano creme e sieri con ingredienti naturali di origine biologica in percentuali che superano il 90%. «I prodotti Alkemy, maison piemontese di alta cosmetica naturale, oltre a essere "green" hanno consistenze e profumazioni particolarmente piacevoli, che infondono benessere», sottolinea Rosanna Cottiselli, una delle Spa manager. «L'ingrediente "speciale" della linea cosmetica è la microalga Klamath, raccolta nelle acque incontaminate di un lago dell'Oregon, negli Stati Uniti: ricca di vitamine, minerali rari, amminoacidi e betacaroteni, ha proprietà antinvecchiamento». L'ingresso alla Spa per 4 ore costa 40 €, ma se si prenota un massaggio o un trattamento viso (a partire da 80 €) si ha uno sconto del 50% (myalkemy.it/spa/).

