



di Rossella Briganti

BEAUTY

# Thalasso

## ENJOY THE SEA!

*L'autunno bussa  
alla porta?  
Rigenerati da capo  
a piedi nelle piscine  
di acqua marina  
o con i trattamenti  
a base di alghe e sali  
detox. Ecco sei mete  
zero stress*

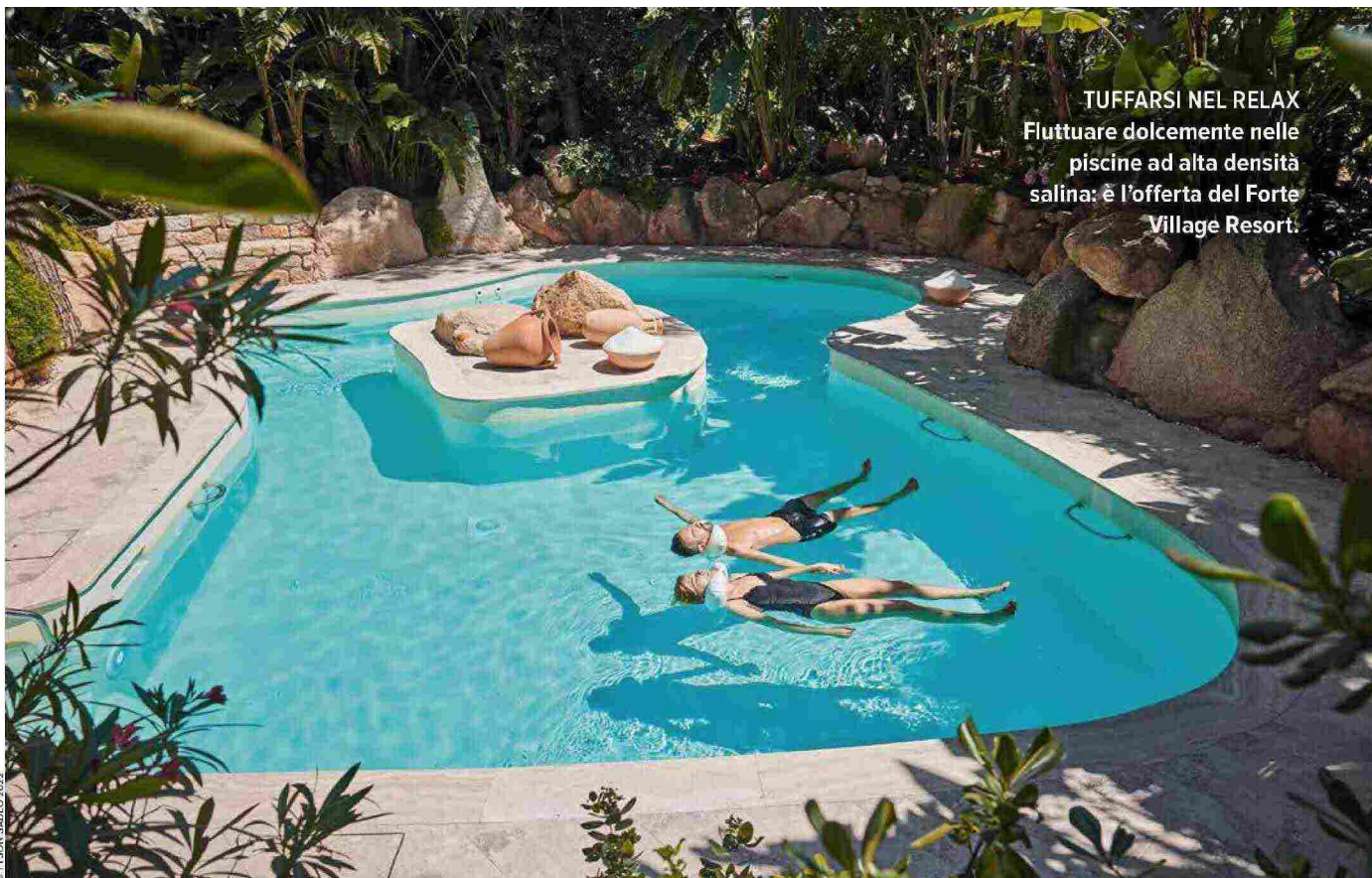


IPAF/IC TUCUL PR/ES

Starbene 63

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

194394



**TUFFARSI NEL RELAX**  
Fluttuare dolcemente nelle piscine ad alta densità salina: è l'offerta del Forte Village Resort.

## In Sardegna PER UNA REMISE EN FORME ALL'OLIO DI MARE

La tua laguna blu? Si trova in Sardegna, in un angolo caraibico. Nel cuore di Forte Village, lussuoso resort a Santa Margherita di Pula con 4 ettari di giardino tropicale e una spiaggia di un candore abbagliante, sorge l'Acquaforte Thalasso & Spa, progettato con materiali green (legno, pietra) e lucernai che sfruttano l'illuminazione naturale anche in autunno. Fiore all'occhiello è la Spa medica, curata da specialisti in campo sportivo-riabilitativo. Comprende il Performance Center (un "movement lab" per programmi fitness), l'HPM (High Performance Method), studiato per gli atleti di ogni disciplina, il Forte Lab Medical Center, per terapie avanzate, e il Parco Ayurvedico con massaggi indiani, yoga e pilates.

**La talassoterapia.** L'Acquaforte Thalasso Spa è un circuito

talassoterapico che, oltre al percorso Kneipp, prevede sei piscine: dalle più calde (37-38 °C) alla più fredda (dai 15 ai 25 °C), studiata per chiudere il ciclo in leggerezza, con gli idromassaggi controcorrente che stimolano la circolazione. La particolarità è che le prime due piscine racchiudono "olio di mare", una concentrazione di sale marino talmente elevata da rendere l'acqua oleosa, per un *floating* incredibile. Le altre quattro vasche, senza olio di mare, vantano comunque una densità salina maggiore del Mediterraneo.

**I trattamenti.** Goloso è il trattamento-corpo esfoliante con sale marino

nativo, olio di mandorle dolci e miele sardo, derivante dai fiori della macchia mediterranea. Drena e rassoda la pelle il Massaggio Thalasso eseguito dalla terapeuta in acqua, all'interno della piscina ad alta salinità, mentre due esclusive dell'Acquaforte Thalasso Spa sono l'impacco di fango marino argilloso, fatto maturare nell'olio di mare fino a raggiungere una texture cremosa, e la crioterapia, sempre all'olio di mare. Ovvero bendaggi a freddo dai piedi alla vita (-28 °C), per eliminare i gonfiori, riattivare il circolo venoso-linfatico e rendere le gambe come piume ([fortevillageresort.com](http://fortevillageresort.com)).

## Il plus!

L'olio di mare è una formula brevettata alla fine degli anni '80 dal medico Angelo Cerina, noto nel mondo del calcio, che ha studiato presso il centro di Talassoterapia di Quiberon, in Bretagna. La sua idea? Veicolare l'acqua marina in vasche simili a quelle delle saline creando, con la lenta sedimentazione del sale sul fondo, l'acqua madre marina (95% di cloruro di sodio e 5% cloruro di magnesio). Oltre a permettere un galleggiamento impareggiabile, l'olio di mare ha comprovati effetti positivi sulla salute: assorbe i liquidi per osmosi, rilassa muscoli e articolazioni, purifica la pelle (ottimo per chi soffre di acne, psoriasi e dermatite) e stimola il sistema immunitario.

## BEAUTY

## A Lignano Sabbiadoro PER UNA SILHOUETTE DA SIRENA

“Io sono Friuli Venezia Giulia” è lo slogan lanciato dall’assessorato al turismo di questa piccola ma splendida regione, che si colora del verde delle Dolomiti e del blu del mare. In provincia di Udine, in quel tratto di Adriatico che collega Venezia a Trieste e che si fregia della Bandiera Blu, si trova Lignano Sabbiadoro. Una località a vocazione talassoterapica (famoso sono le sue “sabbiate”, insieme a quelle della vicina Grado) che ospita il Riviera Resort Hotel, un 5 stelle che sorge direttamente su un’ampia spiaggia di sabbia dorata.

**La talassoterapia.** Unico in tutta la riviera adriatica, il Parco Termale Marino annesso all’hotel si estende su una superficie di 3000 m<sup>2</sup> (pinete, palmeti e tanti fiori) di cui 1500 m<sup>2</sup> dedicati alle tre vasche idromassaggio e alle piscine esterne di acqua di mare.

Questa viene prelevata a 300 metri dalla riva, purificata e riscaldata a 33 °C. Più intimo e raccolto, il Centro Benessere comprende una piscina di talasso a 34 °C, con numerosi idrogetti, una sauna finlandese e una alle erbe, un bagno turco, una stanza del ghiaccio (per salutari shock termici), zone relax e un’area fitness con macchinari Technogym di ultima generazione.

**I trattamenti.** Se ami le coccole, al Thalasso Riviera Resort ti attende un massaggio detox effetto nuvola: avvolge il corpo in una mousse calda a base di kombu e altre alghe bretoni. Un modo dolce per levigare la pelle “a buccia d’arancia” e arricchirla di minerali e vitamine. Per il viso, merita l’Excel Therapy 02, soin Germaine de Capuccini che ossigena l’epidermide ([rivieraresorthotel.it](http://rivieraresorthotel.it)).



AMBIENTE  
RAFFINATO  
La piscina di acqua  
marina del Riviera  
Resort Hotel.

### Il plus!

Sia l’hotel sia la spiaggia privata su cui si adagia mostrano un animo green, che privilegia materiali naturali come il legno e la pietra d’Istria. Un esempio di sostenibilità, testimoniato dalla certificazione ISO 13009.



IL MEGLIO DEL MAR LIGURE  
L’ampia piscina marina  
del Grand Hotel Alassio.

### Il plus!

L’oasi di talassoterapia offre ai suoi ospiti diverse esperienze sensoriali guidate, come l’automassaggio con sfere di ghiaccio e oli essenziali all’interno della sauna.

## Ad Alassio COCOLE PER CORPO E MENTE

Goditi il clima marino tutto l’anno al Grand Hotel Alassio Beach & Spa Resort, un 5 stelle che sorge direttamente su una delle più ampie spiagge della Riviera Ligure di Ponente, lambita da un mare che anche quest’anno ha conquistato la Bandiera Blu. Gioiello di ecodesign, dove anche in tardo autunno o inverno si può godere della luce naturale che penetra attraverso le grandi vetrate della struttura piramidale, il Resort offre un perfetto equilibrio tra talassoterapia e gastronomia d’eccellenza, secondo la tradizione ligure. Suggestive le cene in spiaggia animate da cuochi affiancati dall’Executive Chef Roberto Balgisi (fino al 7 settembre) e da appuntamenti artistici e musicali. Per trasformare la giornata di mare, fuori e dentro la spa, in un rituale benessere che coccola corpo e mente, anche dopo il tramonto.

**La talassoterapia.** La Thalasso Medical Spa è uno spazio immenso: 1500 m<sup>2</sup> di

relax in cui la potenza del mare viene esaltata da tecnologie super. L’acqua salata del Mar Ligure dà vita a una grande piscina riscaldata (32 °C), con idrogetti e cascate cervicali, diverse vasche idromassaggio e un percorso Kneipp, utile a riattivare la circolazione delle gambe. E poi, ci sono il bagno turco, la sauna, il bagno di vapore aromatico alle erbe liguri (un balsamo per muscoli e vie respiratorie), la fontana di ghiaccio e confortevoli aree relax fronte spiaggia.

**I trattamenti.** Ottimo, a fine stagione estiva, il Thalasso Detox, un supermassaggio eseguito con un mix di sali marini e diversi tipi di alghe. Oppure, puoi regalarti lo Scrub-Massage Mineral, che ha per protagonisti il calcio e il magnesio di origine marina: nutre e remineralizza la pelle del corpo, prosciugata dal sole, coccolandola con manualità dolci e avvolgenti ([ghalassio.com](http://ghalassio.com)).

## BEAUTY

## A Marina di Castagneto Carducci CON IL VERDE ORLATO DI BLU

Nella terra di Giosuè Carducci, in quel tratto della Costa degli Etruschi che va da Livorno al Golfo di Baratti, sorge il Tombolo Talasso Resort, un luogo pieno di energia, raffinato e anche un po' selvaggio, dove le onde marine lambiscono una spiaggia privata di sabbia finissima. Trae il suo nome dai tomboli, le naturali dune di sabbia ricoperte di vegetazione a macchia mediterranea, tipiche di questo tratto della costa tirrenica.

**La talassoterapia.** Una grande struttura a forma di grotta, con luci soffuse che creano un rilassante effetto Cocoon, accoglie le cinque piscine talassoterapiche, con acqua pescata a 900 metri dalla battigia, a garanzia della sua purezza. La piscina principale è a 35 °C, una temperatura che consente di assorbire al meglio i sali minerali e gli oligoelementi marini. La seconda è ricca di idromassaggi a varie altezze, docce, panchine e lettini subacquei. La terza è un percorso vascolare Kneipp, per una salutare passeggiata nell'acqua di mare, la quarta prevede nuoto controcorrente e potenti idrogetti mentre l'ultima, più calda, viene definita "piscina emozionale"

perché, al termine del percorso, ci si abbandona al completo relax.

**I trattamenti.** Sfruttano quasi tutti i superpoteri del mare. Consigliati due: l'Aqua Experience, un trattamento eseguito nella piscina emozionale in cui l'operatrice esegue leggeri tocchi, pressioni e stiramenti, scanditi dalle vibrazioni sonore delle campane tibetane. Il secondo? Sea Energy, un rituale viso-corpo con attivi marini (soprattutto alghe bretoni) che purificano e drenano: termina con un massaggio che riproduce le onde del mare ([chgroup.eu](http://chgroup.eu)).

### Il plus!

Al Tombolo Talasso Resort potrai alternare la "blu therapy" indoor con bagni di sole, in spiaggia o nella piscina esterna con acqua di mare riscaldata; sorseggiare un drink nel bar-gazebo circondato da una rigogliosa pineta o visitare gli splendidi borghi medievali di Bolgheri, Castagneto Carducci (con i suoi filari di cipressi), Sassetta e Suvereto.



PER GLI AMANTI DELLA PUGLIA  
3500 m<sup>2</sup> di benessere al Kalidria  
Thalasso & Spa.

## A Castellaneta TRA IL PROFUMO DEI PINI E IL SILENZIO DELLA NATURA

Mare dentro, mare fuori. Anche a settembre. Se sei una fan della talasso non puoi non provare il Grand Hotel Kalidria Thalasso & Spa, un resort a cinque stelle situato a Castellaneta Marina, nel golfo di Taranto, e incastonato tra una lunga spiaggia privata di sabbia bianca e una delle più estese riserve naturali di pino d'Aleppo presenti in Italia, le cui note fresche e pungenti si mescolano alla brezza marina. Il Kalidria rappresenta il più grande centro di talassoterapia del Sud d'Italia, che applica con rigore il classico metodo francese.

**La talassoterapia.** Con un'oasi di 3500 m<sup>2</sup>, l'Ethra Thalasso Spa sfrutta tutto il potere rigenerante dell'acqua marina, estratta dalla profondità del Mar Ionio e riscaldata a 32-34 °C. Oltre alla piscina marina esterna, perfetta per il nuoto, c'è un percorso acquatico grande come una vasca olimpionica ma dall'insolita forma a serpentine. Si tratta di un sentiero sinuoso in cui camminare con la testa fuori dall'acqua, mentre numerosi getti massaggianti (44 tipi diversi, suddivisi in 4 postazioni) sferzano il corpo a



LA GROTTA AZZURRA  
Il fascino unico delle  
piscine del Tombolo  
Talasso Resort.

TOMMYPICONE



diverse altezze, dalla pianta dei piedi fino al collo. Accanto agli idromassaggi, ci sono lettini subacquei effervescenti, cascate e, al termine del percorso acquatico, una camminata zen su ciottoli levigati, con i piedi immersi nell'acqua marina, questa volta fredda. E poi saune, bagno turco, solarium, zone relax, centro fitness con attrezzi Technogym e cabine per l'idro e cromoterapia.

**I trattamenti.** Il beauty menu comprende vari trattamenti talassoterapici. Tra questi, il piacevolissimo massaggio esfoliante sotto la *douche à pluie* francese (acqua marina finissima, che cade tiepida dall'alto su tutto il corpo, come una piovgerella primaverile) e l'Ethra Thalasso Experience: al termine del percorso acquatico, viene effettuato un rituale purificante con acqua termale nebulizzata da capo a piedi e un massaggio detox eseguito con un Gel Marine ad azione-urto. Per ritrovare gambe leggerissime e una silhouette levigata ([bluserena.it](http://bluserena.it))

## Il plus!

Nella suggestiva cornice del percorso acquatico, vengono organizzate delle serate-evento con l'orchestra dal vivo che suona a bordo piscina, illuminata da centinaia di candele. E a fine spettacolo, flûte di prosecco e frutta fresca si gustano in accappatoio.

## A Riccione PER UNIRE RELAX E MOVIDA

Onde azzurre di pura energia? All'Hotel Atlantic di Riccione, un quattro stelle superior che sorge sul lungomare pedonale (con annessa ciclabile) pieno di fiori e di palme e a due passi dal vivacissimo viale Ceccarini, puoi fare il pieno di oligoelementi marini tutto l'anno, anche quando le spiagge si spogliano degli ombrelloni. Comfort, gastronomia e ospitalità romagnola sono di contorno a un centro benessere cool, ideale per chi si vuole un "mare" di bene.

**La talassoterapia.** Unica nel suo genere in tutta la riviera romagnola, l'Atlantic Spa utilizza acqua prelevata in mare aperto, a 300 metri dalla battigia, e veicolata da una condotta sotterranea. Viene filtrata e depurata con un impianto misto a ozono e lampade UV, in modo da preservare intatta la ricchezza degli elementi naturali che la compongono. L'acqua marina dà vita a una grande piscina circolare a 31 °C, scoperta nella bella stagione e protetta da una copertura telescopica mobile in vetro e alluminio negli altri mesi, in modo da poter immergersi ogni giorno dell'anno. La stessa acqua marina alimenta le tre vasche idromassaggio, una interna e due esterne fronte

spiaggia (37 °C), mentre la spa comprende anche il bagno turco al vapore marino, la sauna finlandese, l'ice fall, le docce emozionali e l'area relax con tisaneria.

**I trattamenti.** Il mare entra anche nelle cabine estetiche con il trattamento Thalasso, 70 minuti di rituale da dedicarsi senza esitazioni. Dopo uno scrub salino esfoliante, ideale per rimuovere quel tappeto di cellule morte che conferisce all'abbronzatura una sfumatura grigiastria, si esegue un impacco total body alle alghe di 30 minuti: serve a drenare e rivitalizzare i tessuti, mentre la mente si riposa. Infine, mezz'ora di massaggio rimodellante con una crema antiage al puro plancton marino ([hotel-atlantic.com](http://hotel-atlantic.com)).

## Il plus!

Per chi ha bimbi piccoli ma non vuole rinunciare a una fuga benessere, l'Atlantic Spa offre una piscina con acqua marina profonda 40 cm e corredata da una spiaggetta di sabbia fine. È pensata per il gioco e la sicurezza dei bambini ed è sorvegliata da un'animatrice.



RINASCERE NEL BLU

La grande piscina  
4 stagioni dell'Hotel  
Atlantic di Riccione.

EMANUELE CASALIRONI