

BENESSERE

Per prepararsi alla spiaggia

Tre proposte per chi voglia presentarsi in spiaggia in perfetta forma: in Sardegna, nel meraviglioso promontorio dell'Arbatax Park, "Beach & Wellness": una settimana di puro benessere e relax tra coccole, mare, divertimento e indimenticabili panorami mozzafiato; 7 notti da €1182 per 2 persone.

A Portorose, sulla riviera Slovena, il Kempinski Palace Portorose propone i mini pacchetti spa (€215 a notte) e Ayurveda disintossicante (€1.970 per 7 notti). Il programma ayurvedico disintossicante dura una settimana e consiste in una vasta gamma di trattamenti ayurvedici accuratamente selezionati su base personalizzata (dosha - vata, pitta o kapha) e in una dieta speciale disintossicante, stabilita dal medico ayurveda stesso.

Più "epicureo" l'Alpin Recreation del Kempinski Grand Hotel des Bains di St. Moritz che, a circa €500 per persona per due notti prevede massaggio, centro termale, manicure o pedicure e ottimi pranzi...

