

GUIDA

50 INDIRIZZI PER FARE SPORT NELLA NATURA

Natura style

N.119 MAGGIO 2013
€ 2,00

COPPIA

- Quando lui guarda troppo un'altra
- Riprenditi così da un amore finito

CAPELLI

Più forti, più sani
più lucenti

LA DIETA ANTIETA'

Il menù completo
per una settimana

PSICOLOGIA

Il giusto
equilibrio
tra lavoro
e famiglia

SALUTE

La verità
sulla
pressione
alta

Luisa Ranieri

«La più bella età per
una donna: 40 anni!»



CAIRO EDITORE



Brindisi e idromassaggio sulla terrazza dell'Hotel Home Florence, affacciata sull'Arno.

TOSCANA

Coccole con vista sull'Arno

Ametà tra la casa e l'albergo, conserva il calore della prima e i servizi del secondo. Questa la formula del boutique-hotel **Hotel Home Florence**, in riva all'Arno, nel capoluogo toscano, che mette a disposizione degli ospiti la grande vasca idromassaggio situata sulla terrazza panoramica, una palestra attrezzata e i migliori servizi per la coppia in vena di coccole. Fino al 25 maggio c'è la formula "Week end surreale" in occasione della

mostra dedicata al maestro del surrealismo Salvador Dalí. Comprende due notti, colazione, ingresso a Palazzo Medici Riccardi con la mostra "Dalí, the universe Florence", accesso alla terrazza panoramica "Le mille e una notte" e uso privato per tre ore della vasca idromassaggio doppia, fragole e bottiglia di spumante (205 euro a persona).

Info: Hotel Home Florence, piazza Piave 3, Firenze, tel. 055/243668. www.hhflorence.it

ISOLA DI MALTA

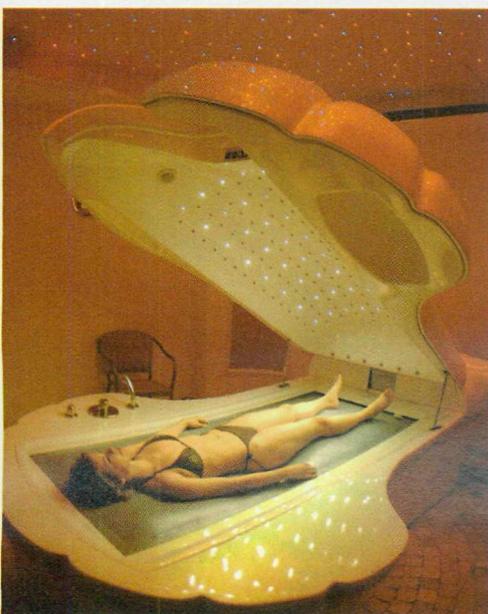
Relax nella conchiglia

A 5 stelle il **Fortina Spa Resort** con giardini tropicali, cinque piscine e centro fitness. Nei quattro centri benessere è possibile provare ogni novità, dalla talassoterapia con alghe e acqua di mare per dimagrire ai servizi anti stress e disintossicanti, ai test per l'intolleranza alimentare, alle tecnologie per migliorare

pelle e silhouette. Ecco qualche proposta: Camera Spa doppia, con idromassaggio, doccia con bagno di vapore, macchinario Dermalife (140 euro), massaggio rituale indonesiano (100 euro), trattamenti viso (da 30 euro) e fanghi corpo (da 30 euro).

Info: www.fortinaspa-resort.com oppure www.visitmalta.com

Accanto, a forma di conchiglia l'apparecchio per il trattamento rilassante "Belle Epoque" (65 euro).



NOVITÀ

TRENTINO ALTO ADIGE Alge anticellulite

Dura 7 giorni il pacchetto "Giornate anticellulite" di Villa Eden che comprende servizio medico e diagnostico, 6 trattamenti Corpo Calco, 6 algheterapie, check up sportivo, dieta, pensione completa, tabella di mantenimento a casa (2.590 euro).

Info: Villa Eden, Merano (BZ) tel. 0473/236583. www.villa-eden.com

Accanto, lezione di yoga all'aperto. Sotto, la piscina e la zona relax con lettini.



IN TUTTA ITALIA

Il regalo è anti stress

"Fuga in Spa per 2" è il cofanetto da regalare a chi ami per trascorrere insieme un giorno speciale. Sono 100 i percorsi benessere e trattamenti da prenotare, dalla grotta di sale alla biosauna. Basta sfogliare il catalogo incluso nel cofanetto, scegliere, poi vivere l'esperienza (54,90 euro).

Info: www.regalone.it

LOMBARDIA

Più bella con l'acqua

Piscine, bagno turco, sauna, docce emozionali: **La Fiorida** è un'oasi con massaggi (da 33 euro), trattamenti viso (da 40 euro), hammam (da 40 euro) e molto altro.

Info: La Fiorida, Mantello (SO), tel. 0342/680846. www.lafiorida.com



Sopra, la zona dedicata all'acqua.