

TERME

PRÉ SAINT DIDIER - COMANO - ABANO E MONTEGROTTO - SATURNIA

DI UMBERTO TORELLI



DALLA VASCA A 37,5 GRADI SI SALE SUL TETTO D'EUROPA

Il soggiorno alle terme lo rimborsa, in parte, lo Stato. Con un **bonus massimo di 200 euro per i servizi erogati. È personale e non cedibile.** Basta essere maggiorenni e non bisogna presentare documenti Isee. Va richiesto a un ente termale aderente all'iniziativa, sono 117 e li trovate su bonusterme.invitalia.it. Attenzione però. Il Ministero dello Sviluppo Economico ha stanziato la cifra di 53 milioni di euro. Dunque il bonus resta valido fino ad esaurimento fondi.

Le terme di Pré Saint Didier, in Valle d'Aosta, sono tra quelle aderenti all'iniziativa. Qui, a pochi chilometri da Courmayeur, potrete trascorrere **una giornata di relax e**

benessere con vista sul monte Bianco. Un luogo già noto ai romani per le acque naturali che sgorgano a 37 gradi. La struttura originaria dell'800 è stata da tempo ampliata con servizi benessere, zone relax percorsi di pratiche sensoriali. Suggestive durante il periodo invernale le tre piscine esterne. Offrono **ai più coraggiosi una salubre camminata sulla neve prima di tuffarsi nell'acqua calda.** Nelle vicinanze non mancano attività nei boschi immersi nel panorama autunnale del foliage. Per tutti è consigliata la salita sulla funivia Skyway Monte Bianco. In dieci minuti vi porta a quota 3.466 metri. Lì sarete sul tetto d'Europa.

CURARE LA PELLE

FARE YOGA SOSPESI TRA GLI ALBERI

Un'acqua benefica, curativa della pelle. Specie per adulti e bambini con problemi di psoriasi e dermatiti. Siamo alle **terme di Comano, a metà strada tra Dolomiti del Brenta e lago di Garda.** Una volta usciti dalla calda

acqua della piscina vi aspettano gli spazi verdi del grande parco da 14 ettari. Una Spa invernale a cielo aperto con giochi per i più piccoli ed esperienze wellness per adulti. Come gli esercizi yoga sospesi tra

gli alberi e le camminate a piedi nudi nel bosco in percorsi sensoriali. Rivolto alla natura il menù del ristorante Grand Hotel Terme, con proposte di alimenti a chilometro zero e gustosi piatti per celiaci.

IN BREVE

IL BENESSERE DEI FANGHI E DEI VAPORI

Il fango, un elemento formato dall'unione di acqua e terra. Alle **terme Euganee di Abano e Montegrotto** spetta il primato di trasformare questa amalgama naturale in medicina delle thermae. Oltre un centinaio tra stabilimenti e grotte sparse sul territorio, in maggioranza all'interno di hotel, dove godere cure di fangoterapia. Senza contare le 240 piscine coperte ed esterne per rilassarsi avvolti dai vapori dell'acqua con zone wellness, palestre e solarium.

ACQUE SULFUREE: UN INCANTO AUTUNNALE

Cinque piscine all'aperto, idromassaggi e percorsi vascolari in acqua calda e fredda. Ecco le **terme di Saturnia in piena Maremma toscana.** L'acqua sgorga di continuo dal cuore della terra alla temperatura costante di 37,5 gradi. Con grandi benefici per il corpo e completo detox per la mente. Poco distante vale la pena immergersi nelle **Cascate del Mulino**, una doccia naturale di acque sulfuree del torrente Gorello. In autunno i vapori sprigionati vi avvolgono nel panorama incantato. Uno spettacolo da girone dantesco.