**Ośrodki wellness w alpejskim wydaniu**

**PEŁNE ODPRĘŻENIE I REGENERACJA**

**Po dniu spędzonym na śniegu najlepiej zregenerować siły w saunie podczas rytuału Aufguss. Oprócz kąpieli parowych, podgrzewanych basenów i jacuzzi, na gości centrów spa czekają liczne zabiegi pielęgnacyjne na bazie produktów naturalnych, na przykład w nowym ośrodku Lefay Resort SPA Dolomiti.**

Pobyt w rozgrzanej saunie, łaźni tureckiej czy gorący prysznic pobudzający zmysły to najlepszy sposób na regenerację sił i relaks po dniu spędzonym na śniegu. Ciepło i para wodna pozytywnie wpływają na organizm, uwalniają od stresu i napięć. Podobny efekt wywołuje przejście ścieżki Kneippa, która, dzięki przemiennemu działaniu zimnej i ciepłej wody, korzystnie wpływa na układ krążenia, mięśnie, układ odpornościowy organizmu. Zabiegi pielęgnacyjne na bazie produktów naturalnych dodatkowo utrwalą dobroczynny wpływ wakacji w górach na dobre samopoczucie.

**Lefay Resort & SPA Dolomiti, w Pinzolo**

Otwarty w sierpniu 2019 roku, położony na obszarze narciarskim Madonna di Campiglio **Lefay Resort & SPA Dolomiti** stanowi ważną nowość sezonu zimowego 2019-2020. To miejsce, „gdzie natura, luksus i piękno łączą się w pełnej harmonii”, jak głosi hasło promocyjne obiektu. Strategicznie położony **Lefay Resort & SPA Dolomiti** oferuje 88 pokoi typu suite oraz 22 apartamenty w wyjątkowym kontekście Dolomitów, mającym swój wyraz również we wnętrzach hotelu. Perełką obiektu jest bez wątpienia centrum spa, umieszczone na 4 piętrach, o łącznej powierzchni ponad 5000 m2, będące jednym z największych ośrodków wellness na całym łuku alpejskim. Zaskakuje wyjątkowe wyposażenie spa: zakryty basen sportowy, wykończony w tonalicie z wodą odbijającą jasne barwy granitu, następnie basen z częścią odkrytą, idealnie wpisujący się w kontekst czarującej przyrody, poza tym basen ze słoną wodą, grota solna i wiele więcej. Strefa wellness (na zamówienia dostępna również dla klientów zewnętrznych) została stworzona zgodnie z zasadami Lefay SPA Method, oddając do dyspozycji gości różnorodne udogodnienia, przestrzenie ze zróżnicowaną temperaturą i stopniem wilgotności, nie wspominając o zabiegach z zakresu fitoterapii i aromatoterapii, dostosowanych do indywidualnego stanu i samopoczucia klienta.

**Wellness bez granic**

Pozostając przy tematyce wellnessu, nie sposób pominąć wyjątkowego rytuału o nazwie *Aufguss*, co w języku niemieckim oznacza dosłownie „napar”. W nawiązaniu do sauny słowo to jednak nabiera nowego znaczenia. Chodzi bowiem o rytuał, podczas którego mistrz sauny, *Aufgussmeister*, porusza strumieniami gorącego powietrza i pary za pomocą ręcznika, kierując je na uczestników zabiegu. Dzięki temu spięte przez zimno i wysiłek mięśnie rozluźniają się, a korzyści płynące z sauny są odczuwalne w jeszcze większym stopniu. Ponadto, aby podnieść wilgotność w saunie, na gorące kamienie nakładany jest aromatyzowany naturalnymi olejkami śnieg lub lód. W tym właśnie geście odnajduje się sens słowa „napar”. To z pewnością najlepszy sposób, aby zadbać o swoje ciało i odprężyć się po całym dniu spędzonym na śniegu.

A gdzie dokładnie? Na przykład w górskiej chacie **Malga Millegrobbe**, czarującym miejscu, położonym w sercu Alp Cymbryjskich, znanym przede wszystkim za sprawą rozległego obszaru do uprawiania narciarstwa biegowego. Świetne samopoczucie gwarantowane, a to dzięki przytulnie urządzonym wnętrzom, wyśmienitej kuchni oraz centrum wellness z bogatą ofertą zabiegów Aufguss i nie tylko.

W Andalo cieszyć się można nie tylko widokiem na wspaniałe szczyty Dolomitów, ale również głębokim relaksem w **centrum wellness AcquaIn**, obejmującym baseny, jacuzzi, liczne sauny i nie tylko. Pomieszczenia centrum posiadają zróżnicowaną temperaturę, dzięki czemu goście mogą przechodzić z sauny o niższej temperaturze do sauny cieplejszej i zakończyć swój pobyt w ośrodku wellness rytuałem Aufguss.

**Acqua Spa** w Cavalese to ośrodek wellness wyspecjalizowany w kompleksowej pielęgnacji ciała: od fitnessu po odżywianie. Goście ośrodka koniecznie powinni wziąć udział w zabiegach prowadzonych przez ekspertów sauny. To świetny sposób, aby osiągnąć harmonię duszy i ciała oraz uwolnić się od stresu.

Na koniec warto wspomnieć o oryginalnej propozycji, w 100% made in Trentino, oferowanej przez **QC Terme Dolomiti** we współpracy z winiarnią Cantine Ferrari. To *Sauna con perlage* – wyjątkowe doświadczenie w wyjątkowym miejscu, czyli w specjalnie zaprojektowanej saunie, której wystrój oraz zapach na myśl przywodzi wnętrza winiarni. To niezwykłe przeżycie połączyć można z kąpielą w drewnianej bali umieszczonej na zewnątrz.

**Z nart do jacuzzi**

Po dniu spędzonym na nartach nic nie odpręża lepiej niż pobyt w ośrodku spa, na dodatek mieszczącym się w samych górach.

Na obszarze narciarskim Madonna di Campiglio wybierać można między ekskluzywnym i eleganckim ośrodkiem wellness **Chalet Fiat** u szczytu góry Spinale oraz centrum spa schroniska **Rifugio Ristorante Stoppani na** **Grostè**, położonym na wysokości 2.500 m.

Po jeździe na nartach na pobliskim obszarze narciarskim Folgarida – Marilleva warto zajrzeć do schroniska **Rifugio Orso Bruno**, który przywita gości ciepłą i miłą atmosferą, przyciemnionymi światłami oraz przyjemnym akompaniamentem muzycznym. W tak relaksującej scenerii kąpiel w jacuzzi z widokiem na Dolomity Brenta to ukoronowanie marzeń niejednego miłośnika białego szaleństwa.

Znajdujące się na wysokości 2.225 m n.p.m., na słynnym szlaku Giro dei Quattro Passi (Sellaronda) schronisko **Rifugio Salei** to prawdziwy raj na ziemi - miejsce łączące tradycyjny i zarazem nastrojowy wystrój z nowoczesnym komfortem. Osiągnięcie pełnego odprężenia zapewnia nowe centrum wellness, składające się z saun i podgrzewanych basenów krytych i odkrytych, strefy relaksu na dużym, prywatnym tarasie z bezpośrednim wyjściem na świeżutki śnieg.

**Hotel Vita Nova – świetne samopoczucie w pełnym wymiarze**

Świetne samopoczucie klientów to hasło przewodnie konsorcjum Vita Nova Trentino Wellness, stowarzyszającego hotele, ekskluzywne campingi, centra uzdrowiskowe, odznaczające się wysokimi standardami jakości i oferowanych usług. Oczywiście najmocniejszą stroną zrzeszonych obiektów są ich ośrodki spa, obejmujące sauny, łaźnie turecki, jacuzzi, ścieżki Kneippa oraz stosowane linie naturalnych bio-kosmetyków, stworzonych na bazie ekstraktów z roślin, występujących na terenie Trentino, czyli z czarnej porzeczki oraz ciemnogłowu. W ramach projektu „Declinazioni del benessere” ([www.declinazionibenessere.it](http://www.declinazionibenessere.it/)) goście obiektów mają możliwość spędzić wyjątkowe wakacje, wybierając spośród różnych propozycji, kładących nacisk na przeżycia kulinarne, zwiedzanie ciekawych miejsc, doświadczenie wyjątkowych emocji bądź trekking, w połączeniu z ofertą „wellness&beauty”.

Więcej informacji na stronie: [www.vitanova.to](http://www.vitanova.to/)

Trydent, sierpień 2019