



ALTO ADIGE/5 Tuffo sotto le stelle

La favolosa piscina riscaldata all'aperto, dalla cui acqua si alzano nuvole di vapore, è il fiore all'occhiello dell'Alpen Royal Grand Hotel (tel. 0471/795555; www.alpenroyal.com) di Selva, in Alta Val Gardena. Oltre alla piscina coperta "sotto le stelle" (con struttura in vetro), il resort a 5 stelle vanta infatti un immenso parco esterno con un lago-piscina e un idromassaggio riscaldati. Nel ricco menu della spa, trattamenti alle mele dell'Alto Adige e al cioccolato, talassoterapia, bagni di fieno e di Cleopatra e massaggi per tutti i gusti: ayurveda, shiatsu, hot stone, thai, lomi lomi. Tariffe a partire da 188 euro al giorno, in mezza pensione gourmet.



Per il corpo e per la mente

Neve e freddo fuori, caldo benessere dentro. Questo è il segreto delle spa nostrane in alta montagna. Tutti i benefici dello sport durante il giorno e nel tardo pomeriggio massaggi e tutto quello che fa wellness per ritrovare la forma. Fisica e psicologica.