



SOOTHING EFFECT

A Candeli, a soli otto chilometri da Firenze, Villa La Massa, costruita nel XIII secolo e nel 1953 trasformata in hotel de charme, ha accolto tra gli altri Winston Churchill, Gregory Peck, David Bowie. Il 16 marzo riapre le porte. A disposizione degli ospiti, anche una nuova piscina esterna riscaldata e l'Arno Spa, ospitata nelle antiche cantine della Villa Nobile.

sono il profumo nell'aria e gli aromi dei trattamenti firmati Officina Profumo-Farmaceutica di Santa Maria Novella a ricordarci ulteriormente dove siamo. Essenze benefiche e avvolgenti si ritrovano nello scrub aromatico alle erbe toscane, tra cui spiccano elicriso, salvia e menta, a stimolare il rinnovamento cellulare, che termina con un massaggio a base di oli essenziali di lavanda, rosmarino e melissa. L'olio di oliva di Villa La Massa, ricco di polifenoli, impregna, invece, il soin viso anti-age combinato a detersione e peeling enzimatico, a una tonificazione con aloe vera ed echinacea, cui fa seguito un impacco alla polvere di iris arricchita con una miscela di vitamina A, E e F, che dona turgore all'epidermide.

A proposito di iris, negli 11 ettari del parco, che fa parte dei Grandi Giardini Italiani, dove l'agapanto blu e le peonie color crema animano il verde brillante dei prati che costeggiano il fiume, spicca proprio, come un belvedere, il Giardino dell'Iris, fiore simbolo di Firenze, in varietà cromatiche che sfumano dal viola al blu, sino al giallo e al bianco. Un luogo di ispirazione, che invita ad apprezzare le meraviglie della natura, come fece anche l'ex moglie del fondatore di Microsoft, Melinda Gates, che qui rimase a lungo, riservando una delle residenze più esclusive. Il resto, a Villa La Massa, che si appresta a riaprire (il 16 marzo), è fatto di sedute di yoga e jogging sulle sponde del fiume, di visite alla vicina Firenze, collegata da un servizio di navetta privato e gratuito ogni 15 minuti, e alle tante cantine sul territorio, come il Castello di Nipozzano a Pomino, e alla Fattoria di Maiano, che propone anche trekking guidati e picnic all'ombra delle querce. La primavera è alle porte. E appena fuori porta.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

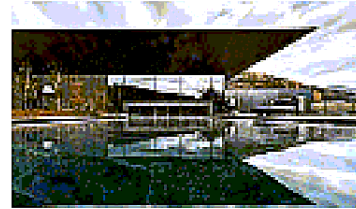
STARE BENE TRA LE NUVOLE

di Cristiana Provera



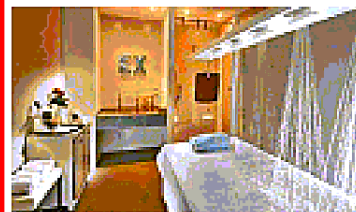
DA PRENDERE AL VOLO

Reidratare la pelle tra uno scalo e l'altro. Rilassare i tratti del volto e rinfrescare la piega prima del decollo. **Sisley** porta il benessere sulle nuvole, o meglio nella Lounge La Première di Air France all'**Aeroporto Charles de Gaulle** di Parigi. Qui, per ingannare i tempi d'attesa, i passeggeri possono regalarsi trattamenti express o un biglietto di sola andata per un'ora e mezza nella cabina... da massaggio. E dire addio agli effetti del jet lag.



COME IN THAILANDIA

Punta in alto la Spa del **Manna Resort** di Doladizza, alle porte di **Bolzano**. Posizionata all'ultimo piano di una struttura a basso impatto ambientale, questa piccola oasi di benessere porta un angolo Thai sulle montagne altoatesine: dagli arredi ai profumi, dalle musiche alle tecniche di rilassamento, tutto sa d'Oriente. Da non perdere, il massaggio Nuad Boran, che prende in prestito posizioni dallo yoga e non prevede l'uso di oli, perché lo si riceve vestiti.



CRIOTERAPIA STELLATA

Prove libere d'ibernazione. Alla Spa dell'**Hotel Excelsior** di **Pesaro**, il pezzo forte del menu è la crioterapia, che invita a immergersi in una nuvola di azoto ghiacciato per due minuti a 160 gradi sotto zero. Stimolando la circolazione sanguigna e riducendo la ritenzione idrica, è un toccasana per sconfiggere la cellulite e bruciare il grasso localizzato. E per sperimentare, poi, senza sensi di colpa, il Temporary Nostrano stellato di Stefano Ciotti.

