rigenerarti

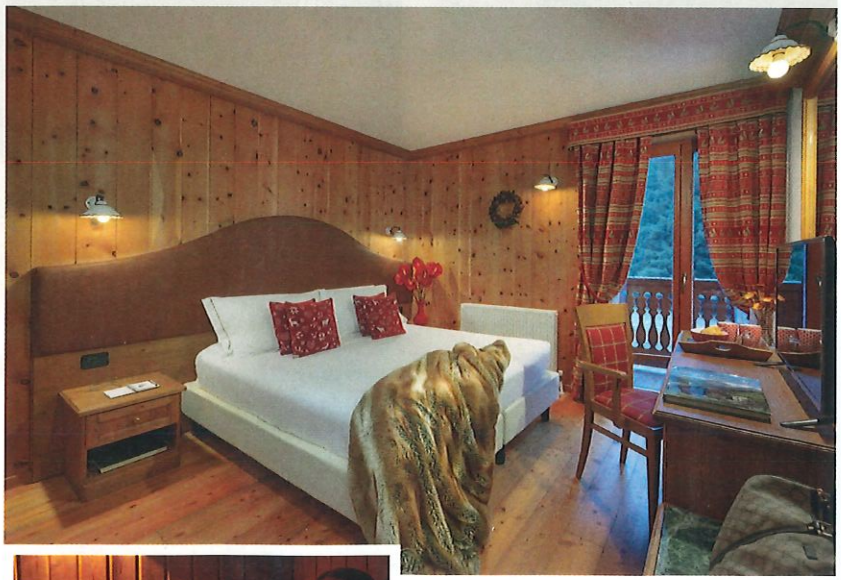
IN VAL D'AOSTA

PER DORMIRE MEGLIO CON LA CIRMOLOTERAPIA

100% bio

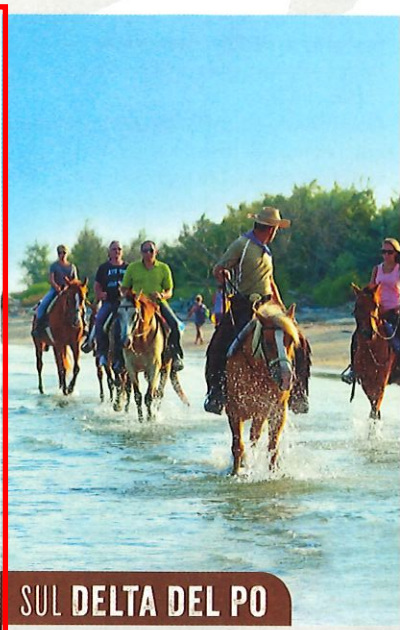
Come battere l'insonnia? Vale la pena provare con la cirmoloterapia, in un albergo in perfetto stile Walser dove il legno del **pino cembro** intride ogni ambiente e ogni attività. Le camere da letto biocomfort e le sale comuni sfruttano le proprietà di questo legno, che infonde **calma interiore** e migliora la qualità del sonno, facendo risparmiare al cuore più di 3.500 battiti al giorno e regolando il ritmo circadiano. Le sue note balsamiche poi facilitano la respirazione e aiutano a liberare le vie aeree, migliorando tosse e sinusite. Nella struttura c'è anche un centro benessere per il defaticamento dopo una giornata di trekking o una passeggiata in **e-mountainbike** tipiche dell'ambiente circostante. Accoglienza pet friendly per **cani di tutte le taglie** che viaggiano in famiglia.

***Lo Scoiattolo Hotel**, Gressoney La Trinité (Ao) www.htlscoiattolo.com*









SUL DELTA DEL PO

PER CAVALCARE SULLA SPIAGGIA

Nel cuore del Parco naturale e **riserva della biosfera Unesco**, questo villaggio per famiglie offre l'opportunità rara di fare magnifiche cavalcate sul lungomare nell'ambiente incontaminato del Delta del Po per tonificare in particolare glutei e gambe, ma al tempo stesso liberare la mente dai pensieri e dai pesi quotidiani. Gli ospiti possono godere della splendida **spiaggia delle Conchiglie** lunga circa un chilometro, attrezzata con ombrelloni e lettini. Un pittoresco ponte, composto da barche, permette di raggiungere la "Barricata", distesa dorata di oltre tre chilometri dove fare rilassanti **passeggiate a cavallo al tramonto**. Il Ranch del Mare offre un maneggio e una scuola di equitazione per chi vuole avvicinarsi alla disciplina; nella struttura si trova una **Dog beach** per accogliere gli ospiti con gli amici a quattro zampe.

***Barricata Holiday Village**, Porto Tolle (Ro) www.villaggiobarricata.com*