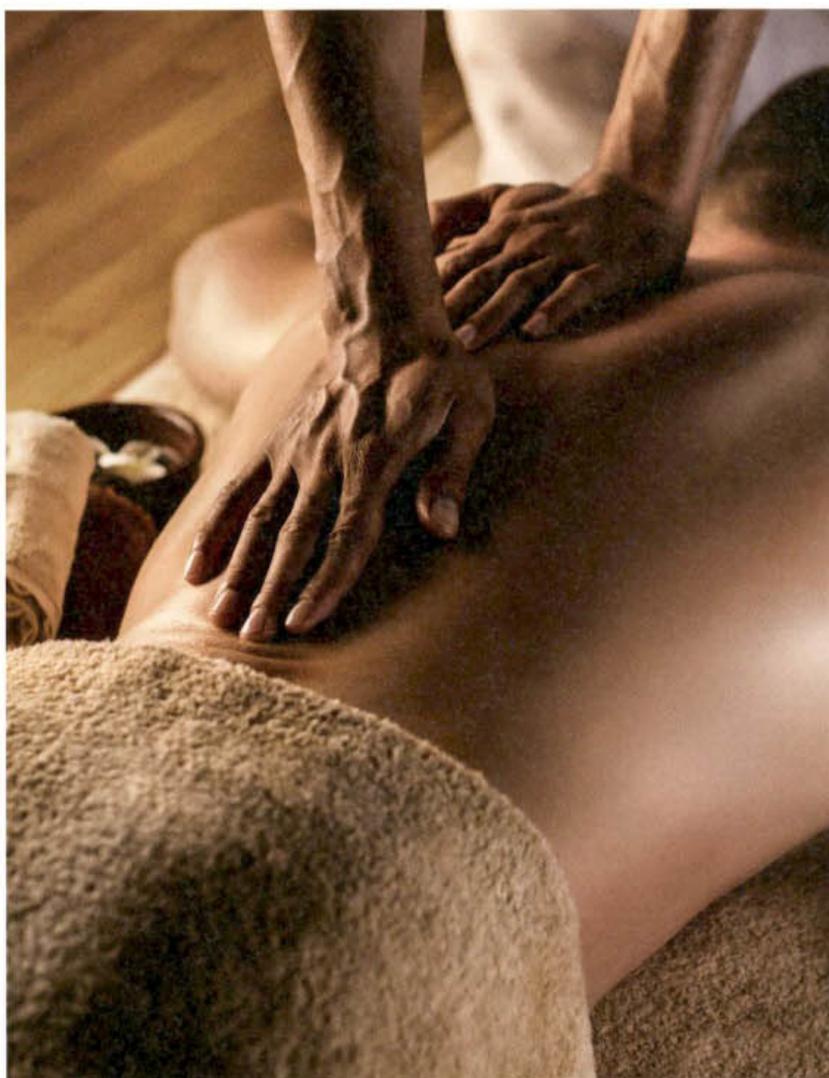


MASSAGGI SU MISURA

Tre indirizzi per chi soffre di insonnia, gioca a golf o si rilassa con la musica

Testo di MARZIA NICOLINI



Tre trattamenti per rimettersi davvero a nuovo, dimenticando le soluzioni scontate e puntando al coinvolgimento totale. Perché, come ha ricordato all'inizio dell'anno il Global Wellness Institute, «oggi anche il semplice massaggio deve avere qualcosa in più». È iniziata una nuova era anche nel mondo del wellness.

Alla White Iris Beauty Spa dell'Hotel Continentale Lungarno, per esempio, a un passo dal Ponte Vecchio di Firenze, il massaggio *Tranquillity Pro-Sleep by Comfort Zone* coinvolge tatto, udito e olfatto, regalando una sensazione di totale rilassamento. Sfruttando oli essenziali calmanti e manualità ispirate ai massaggi indonesiano e ayurvedico, questo risulta un valido aiuto per chi ha problemi di sonno o jet-lag.

Nel cuore della Maremma, invece, Terme

di Saturnia SPA & Golf Resort ha da poco introdotto il *Golfer Back Massage*. Si tratta di un massaggio dedicato ai golfisti, mirato alle zone ultrasollecitate della schiena e della cervicale. Poiché le Terme di Saturnia attirano molti appassionati di questa disciplina in ogni stagione, grazie a un percorso da campionato di 6.316 metri, il trattamento studiato è il massimo per regalare scioltezza ed elasticità ai movimenti di dorso, spalle e braccia, in preparazione all'attività su prato.

Per chi infine non vive (e tantomeno si rilassa) senza musica c'è il massaggio olistico *Synchronicity* dell'Hard Rock Hotel di Ibiza, che alla classica gestualità-relax di ispirazione orientale aggiunge una colonna sonora ad hoc, con perfetta sincronia tra pressione delle mani e beat. Chi l'ha sperimentato racconta di un'esperienza che teletrasporta in uno stato di profonda quiete. Provare per credere. ☺

Nella minimalista White Iris Beauty Spa di Firenze (in alto a sinistra), chi fatica ad addormentarsi può provare il massaggio *Tranquillity Pro-Sleep by Comfort Zone*, un rituale avvolgente che favorisce il sonno