

VANITY LINK

VUOI LE STAR DIRETTAMENTE A CASA TUA?

Abbonati subito. Scopri l'offerta a te dedicata



[BEAUTY / BENESSERE] Fuga dallo stress: terme e Spa...

solo per voi! Viviamo in una società frenetica, sempre connessa e in perenne movimento. Ci si sveglia la mattina già stanchi e si va a letto ancora 'accesi'. Come staccare la spina? Una bella giornata di benessere e relax può aiutare. Dove? Ecco le migliori terme e Spa del Nord Italia... selezionate per voi!

f

20

t

5

g+

1



1 giorno fa | di Francesca Favotto
Contributor



EXIT SPA - SARONNO
(MILANO)

A Saronno, a pochi km dal traffico milanese, esiste un'oasi di piacere e di benessere: si chiama Exit Spa ed è un microcosmo dove l'acqua è l'elemento sovrano e il benessere fisico l'unico principio. Diverse le proposte: a partire dalla Wellbeing Zone, fiore all'occhiello della struttura, un percorso con diversi tipi di sauna, bagno turco e hammam, le cascate di Waterfall e i giochi di Gayser, la musica subacquea, le vasche salate, gli idromassaggi di acqua dolce, la piacevole corrente della vasca River e l'energia rivitalizzante del percorso Kneipp.
www.exitspa.it

12
28

Ti alzi e sei già di corsa. Sveglia i bambini, prepara la colazione, stira la camicia al marito, porta i bambini a scuola, vai all'appuntamento di lavoro, poi in ufficio, poi vai a prendere i bambini, vai a fare la spesa, prepara da mangiare, crolla sul divano. No, devi prima mettere a letto i piccoli. Tutti i giorni così, se non peggio, con l'aggravante dei pensieri dell'assicurazione dell'auto, delle bollette, del mutuo, dei problemi con il capo... Che stress!

Un crollo psico-fisico è normale in queste condizioni, ma prima di arrivare al punto di non ritorno, **perché non concedersi una pausa lontano da tutto e da tutti?** Una giornata, non tanto, qualche ora per godersi il silenzio, il riposo e rigenerare mente e corpo. Una pausa meritata, fuori città o sotto casa, con il marito o senza... **Una fuga per ricaricare le pile** e tornare se proprio non come nuove, almeno con più energia. Dove? **Sfoggia la gallery**, abbiamo selezionato alcuni dei migliori centri termali del Nord Italia. Voglia di partire il prossimo weekend?

HOT

daBEAUTY



BEAUTY STAR

9 giorni fa | di Maria Maccari
Beauty look: i più brutti del 2013

VEDI anche



NEWS