



bellezza

di Daria Manzini

**Con le amiche,
con i colleghi,
per fare festa:
la Spa oggi
diventa social**

Facciamo spa-ing?
È la nuova formula
del benessere:
condividere
trattamenti estetici
e percorsi rigeneranti,
perché coccole e relax
si godono meglio in
compagnia. Una tendenza
che ha cambiato la
vocazione di terme e Spa:
da luoghi dove ritirarsi in
tutta privacy, a poli di
intrattenimento e
aggregazione. «La cura
del corpo oggi non punta
solo al risultato estetico,
ma diventa un rito
collettivo che emoziona
e accomuna», conferma
il sociologo Francesco
Morace. Un fenomeno
che affonda le radici
in tradizioni lontane:
le antiche terme romane
o il bagno di vapore
mediorientale sono
sempre stati luoghi di
incontri e svago. In chiave
moderna, si aggiungono
i plus del gioco, della festa
e del "fare squadra".
Scopri le declinazioni
del wellness sociale
e i trattamenti più
aggreganti.

terme
**IN COMPAGNIA
TI FAI BELLA
E TI RILASSI DI PIÙ**

Foto Trunk

STARBENE 45

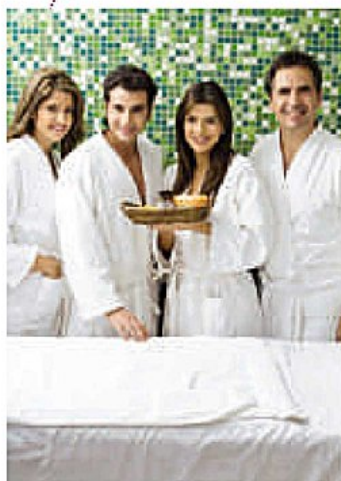


Con le amiche

RITUALI EMOZIONALI PER SENTIRSI COMPLICI

● **Per poche intime o per un maxi gruppo**, magari per dire addio al nubilito, la Spa è diventata un "rifugio" per amiche. Il posto ideale per stabilire una complicità che recupera una tipica abitudine femminile: «A quella di farsi belle insieme, oggi si aggiunge la curiosità di esplorare trattamenti suggestivi», spiega il sociologo Francesco Morace. I più ricercati? Rituali esotici come l'hammam, massaggi ad alto tasso emozionale, come quello con le candele o con gli oli aromaterapici. Particolarmente coinvolgente, per esempio, il rituale Argillarium, proposto al centro Aquaria delle terme di Sirmione: pulizia con il sapone termale, fanghi nella stanza di vapore, sauna soft per potenziare l'assorbimento dei principi attivi; infine, tutte sotto la doccia emozionale colorata e aromatizzata.

● **Indirizzi: Centro Benessere Termale Aquaria di Sirmione (BS)**, tel. 030-916044, termedisirmione.com. Il rituale Argillarium di 50 minuti costa 15 € a persona.
Lac Salin Spa & Mountain Resort a Livigno (SO), tel. 0342-996166, lungolivigno.com, offre il rituale dell'amicizia in suite Spa riservata: bagno profumato, massaggio aromatico rilassante, prosecco e frutta fresca. 110 minuti, 105 € a testa.
Splash e Spa Tamaro, in Svizzera, Rivera-Monteceneri (CH), tel. 0041-919362222, splashespa.ch/it propone Ladies night con peeling e infusi di erbe (52 €).



Insieme ai colleghi

IMPARI A FARE SQUADRA

● **Il wellness sociale prende piede nel mondo del lavoro.** Frequentare le terme con i colleghi smorza la rivalità, favorisce la collaborazione, migliora la qualità del lavoro. E così le aziende scelgono le Spa per incontri d'affari e programmi di team building, che aiutano a "fare squadra". Tra le attività più gettonate quelle di ispirazione orientale, che fanno circolare l'energia. Come, ai Bagni di Pisa, il trattamento sonoro So-Ham, dal potere armonizzante: l'operatore batte su sette coppe di cristallo di quarzo a bordo vasca, che producono vibrazioni energizzanti amplificate dall'acqua.

● **Indirizzi: Bagni di Pisa Palace&Spa di San Giuliano Terme (PI)**, tel. 050-88501, bagnidipisa.com La formula So-Ham, 60 minuti, costa 40 € a persona.
Grotta Giusti Resort Golf & Spa a Monsummano Terme (PT), tel. 057-29077, grottagiustispa.com Programmi di team building in grotta termale (da 213 € il pacchetto weekend), sedute collettive di respirazione energetica (circa 30 €).
Centro benessere Exit Spa Experience a Saronno (VA), tel. 02-36726163, exitspa.it Percorso acquatico con cromoterapia e musicoterapia (50 €).



bellezza attualità



Per festeggiare

DI SERA LUCI, MUSICA ETANTA ENERGIA

● **Discoteche addio, sale la febbre delle terme di sera:** «Il fenomeno del divertimento salustista è anche una questione di budget», sottolinea Roberto Piccinelli, docente di sociologia dei consumi al Politecnico di Milano e autore di un'annuale *Guida al piacere e al divertimento*, che dedica un settore alla social beauty. Se spendere solo per divertirti ti può sembrare uno spreco, se ci guadagni in forma fisica diventa un investimento intelligente. E vuoi mettere la libertà di un happy hour, o addirittura di un cenone, in accappatoio e infradito? Negli "Sparty", brindisi e portate si alternano ai tuffi in piscina, al ritmo di disco dance e concerti. In sauna, l'aufguss, la gettata di vapore di tradizione nordica, è un evento che ritempra tutto l'organismo: il maestro di benessere (spesso in costume a tema con la festa) getta sulla stufa palline di ghiaccio intrise di oli essenziali e diffonde il vapore balsamico muovendo un telo come uno sbandieratore, tra effetti speciali musicali e luminosi.

● **Indirizzi: Centro benessere Sari di Alba (CN)**, tel. 0173-283758, sariclub.it L'aufguss di 10-15 minuti è compreso nel costo



d'ingresso: 35 € per l'happy hour, da 55 € per la serata con cena.

● **Terme della Valpolicella Villa Quaranta Park Hotel (VR)**, tel. 045-6767300, villaquaranta.com Spa night a tema con aufguss, musica e buffet km 0: 50 € a testa.

● **Terme dei Papi a Viterbo**, tel. 0761-3501, termedepapi.it Bagno di notte tutti i sabati fino all'una nella monumentale vasca di acqua termale calda (20 €), che si può affittare anche per grandi feste private.

I trattamenti da evitare quando si è in gruppo

«Condividere il benessere fa bene alle relazioni con gli altri, ma non tutti i trattamenti sono adatti», avverte la coach Antonella Bernini. Ecco i suoi consigli.

● **Massaggi total body:** di solito implicano uno scambio emotivo molto intimo, quindi funzionano

solo per una coppia di partner o care amiche.

● **Trattamenti anticellulite o antismagliature:** sono da evitare quando nel gruppo non c'è una completa armonia perché possono incentivare confronti e critiche anche sgradevoli.

● **Watsu, lo shatsu in acqua:** molto gettonato nei programmi aziendali di team building, si fa a coppie; se capitate con un collega di cui non gradite le avances, lo stretto contatto fisico vi metterà a disagio, impedendovi di rilassarvi e di godervi il trattamento.

Gerry (2), Corbis

Selezionato da Starbene: saunatur.it è un punto di riferimento per l'organizzazione di eventi e feste in Spa