

*Sguardo
il Mondo dal Mio Blog*

**Benessere a colori: ho provato la
#ColorWellnessExperience di Exit Spa !**

Postato 27 maggio 2015

Beauty & Fashion - Expo2015 & dintorni - Lifestyle

centro benessere lombardia - centro benessere Varese - ColorWellnessExperience - Exit Spa - spa Varese

Ritagliersi qualche ora di benessere dovrebbe essere una priorità su tutto: staccare la spina per rilassare il corpo e la mente dallo stress quotidiano. Io l'ho fatto la scorsa settimana, regalandomi una #ColorWellnessExperience presso il centro benessere ExitSpa, a Saronno (Va).



Di che cosa si tratta?

Exit Spa ha studiato **4 percorsi specifici** per un benessere "personalizzato" in base all'effetto terapeutico che si vuole ottenere. L'ispirazione arriva dai colori :

- il **percorso blu decontrattante**, pensato per sciogliere la muscolatura, ridurre le infiammazioni e i disturbi articolari grazie all'idroterapia, al calore avvolgente di saune e bagni turchi e ai trattamenti a **base di arnica** e al **profumo intenso di aloe**
- il **percorso verde rilassante**, volto a risvegliare i sensi e contemporaneamente a rilassare corpo e mente: grazie all'alternarsi di caldo e freddo ha l'obiettivo di lavorare in profondità su blocchi emotivi e fisici, per rilassare profondamente tutto l'organismo grazie all'utilizzo del principio attivo della **camomilla** e alla leggera **profumazione floreale**
- il **percorso arancio energizzante**, che sfrutta le potenzialità del colore per la cromoterapia, e del **complesso vitaminico** come principio attivo presente all'interno di scrub, argille e oli. Il **profumo di agrumi**, che connota i prodotti utilizzati, dona anch'esso una sferzata di energia, per un risultato assicurato
- il **percorso giallo snellente** ideato per ritagliarsi qualche ora per sé e per il proprio benessere, ha come obiettivo la *remise en forme* per affrontare al meglio la vita. Il principio attivo presente nei prodotti utilizzati durante questo percorso è l'**ippocastano**, in grado di aumentare la resistenza capillare, con note proprietà anti infiammatorie e di drenaggio linfatico; la calda **profumazione legnosa** caratterizza tutto il percorso.



Il mio colore del periodo è il blu, l'inverno, il freddo e le giornate sedentarie mi avevano lasciato delle contratture muscolari e così mi sono tuffata nel percorso blu! Per un risultato migliore è bene seguire l'ordine di percorso suggerito e così ho iniziato immergendomi nella calda e piacevole **vasca salina** con getti a parete per rilassare e distendere la zona cervicale e la schiena. Da qui sono passata alla **Laguna** dove gli idromassaggi regalano meravigliosi minuti di relax per poi entrare nella suggestiva **Waterfall** che con le sue cascate stimola muscoli e circolazione ed infine nella meravigliosa **Grotta**, una vasca nera con idromassaggi a seduta.



Lasciata la zona "acque", è il momento dell'area dedicata al calore.



All'ingresso è disponibile una **postazione social** dove farsi un selfie e condividerlo con gli amici! In questa zona mi attendeva un **Bagno aromi** al pino e subito dopo un **Bagno Turco** molto speciale: un'operatore della spa, infatti, mi ha fornito un fango crema argilla con polveri di origine naturale ed estratto di calendula, potenziate dal principio attivo di arnica dona un'azione decontrattante a favore di tutta la muscolatura. L'ho steso su tutto il corpo ad eccezione del viso e l'ho mantenuto per 15 minuti ...dimenticavo, il fango era rigorosamente di colore blu! Ultimo trattamento self del percorso, lo scrub corpo all'arnica all'interno del **Bagno Mediterraneo**.

Dopo essermi risciacquata mi sono deliziata al **buffet light** per qualche minuto dove frutta fresca, marmellate, biscotti e yogurt sono a disposizione dei clienti della Spa.

Per un rilassamento completo si prosegue il percorso con la **Biosauna**, dove il caldo avvolgente porta il corpo a una sudorazione lenta e completa. Lasciata l'area dedicata al calore ho scoperto l'ultima tappa : la **sala relax** dei cristalli per riequilibrare la pressione sanguigna. Durante il percorso viene servito un sano frullato insieme a tante attenzioni e coccole del personale.



I #ColorWellnessExperience si possono scegliere in due versioni:

- BASE: che prevede 4 ore di percorso, kit completo, due trattamenti self e una bevanda di frutta e verdura fresca
- PLUS: in cui al termine del percorso di 5 ore sarete accompagnati in cabina per un massaggio finale da 45 minuti. Massaggio BLU ARNICA decontrattante, con olio all'arnica per ridare completo vigore e scioltezza alla muscolatura contratta e stanca. Al termine sala relax dedicata con frutta fresca e tisana.

...e voi di che colore siete? Perché non scoprirlo sul sito, dove scoprirete che queste coloratissime esperienze sono anche delle ottime idee da regalare e da regalarsi. **ExitSpa è un mondo di 4000 metri quadri di benessere** più altri mille di **area esterna perfetta per l'estate**, dove prendere il sole. Periodicamente vengono organizzati eventi interessanti e divertenti adatti a tutti...e c'è anche il servizio di medical spa!

Exit Spa è a Saronno (Va) a 20 minuti di auto da Expo2015, www.exitspa.it