

Star bene tra le onde



Il segmento del turismo wellness crescerà a livello globale di quasi il 10% l'anno nel prossimo quinquennio. Un numero sempre maggiore di persone cerca, infatti, di coniugare la vacanza con l'attività fisica. Le compagnie di navigazione si adeguano assecondando questo trend con programmi ad hoc e servizi personalizzati che prevedono attività sportive, corsi di yoga, pilates, menù dedicati e tanto altro ancora

◆ Tiziana Conte

La wellness experience su Msc grazie a Technogym e all'App esclusiva continua anche dopo la crociera

Cambiano le esigenze dei viaggiatori e le compagnie di navigazione si adeguano, assecondando nuovi trend e spesso anticipandoli. Sarà anche per questo che il settore delle crociere non conosce crisi: sul fronte dei passeggeri europei, con un totale di 6,7 milioni di viaggiatori, il 2016 ha registrato un aumento del 3,4% rispetto al 2015. L'Italia è al 3° posto tra i mercati comunitari con una quota dell'11%. Il settore è solido nonostante la crisi e per il futuro è prevista una costante crescita. In effetti, cosa c'è di meglio di una crociera per ricaricare le batterie lasciandosi cullare dalle onde, respirando la benefica aria di mare, rilassandosi in una esclusiva SPA vista mare sorseggiando un aperitivo al tramonto ed emozionandosi guardando il sole che nasce dal mare? E a bordo potremo anche fare il pieno di coccole, grazie ai massaggi per ogni tipo di esigenza, o rassodare il fisico praticando sport. Già, perché le Compagnie di navigazione offrono prodotti diversificati investendo sempre più sull'offerta wellness.

La Wellness Experience di MSC Crociere

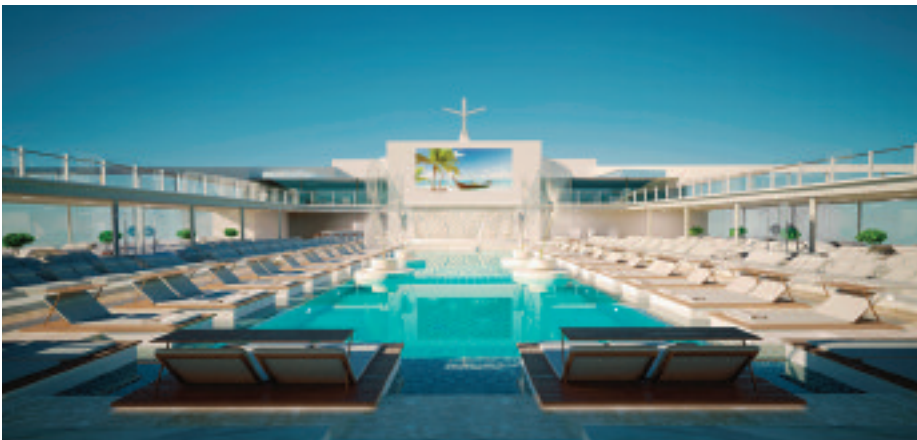
«Secondo le proiezioni, il segmento del turismo wellness crescerà a livello globale di quasi il 10% all'anno nel prossimo quinquennio», ci spiega **Gianni Onorato**, chief executive officer di MSC Crociere. «Un numero sempre maggiore di persone cerca di coniugare la vacanza con l'attività fisica. Per questo, abbiamo approntato con Technogym, l'esperienza wellness per i nostri ospiti, personalizzata e a 360°». Una novità assoluta del settore, lanciata con l'arrivo dell'ammiraglia MSC Meraviglia, che consente di vivere un'esperienza interamente rivolta al wellness grazie a tecnologie all'avanguardia, ad una selezione di alimenti e bevande servite durante la giornata, alla presenza a bordo di trainer certificati, ma anche ad attività da svolgere a terra, durante gli scali. Comprendere le motivazioni degli ospiti, come ad esempio il desiderio di essere in forma dentro e fuori, migliorare le proprie prestazioni sportive, oppure sem-

plicemente essere più sani, è fondamentale per creare un programma motivazionale: per questo al momento della prenotazione della crociera, gli ospiti sono invitati a compilare, online, un questionario. Una volta a bordo, dopo un'analisi della composizione corporea ed un colloquio, il trainer effettuerà una valutazione e metterà a punto un programma personalizzato per la durata della crociera. I partecipanti, grazie all'accesso internet gratuito, potranno utilizzare l'App Mywellness di Technogym, in esclusiva per Msc Crociere. Questa piattaforma innovativa, a sostegno del programma di allenamento a bordo, potrà essere utilizzata anche al ritorno a casa. Durante la crociera, invece, gli ospiti potranno accedere al programma di corsi di fitness e seguire i propri appuntamenti, le lezioni di gruppo, per il training di base e a corpo libero, le lezioni di Group Cycle Technogym, la Bella Barre, Tai Chi, Pilates e Yoga. Le attività a terra dedicate esclusivamente ai partecipanti della Wellness Experience sono state concepite a complemento del programma fitness di bordo, in modo da scoprire le meraviglie di ciascuna destinazione mantenendosi attivi. Prevedono, per esempio: jogging nell'antica Olimpia, giro in bicicletta a Copenaghen, escursioni sul monte Fløyen in Norvegia, un divertente triathlon a Cozumel con kayak, corsa e snorkeling, oppure ancora un allenamento sulla spiaggia di Rio de Janeiro. La Wellness Experience si concentra anche sulla sana alimentazione. In collaborazione con il team di esperti di nutrizione è stata sviluppata un'ampia varietà di menù bilanciati. Il buffet ha un corner dedicato



al wellness, con una selezione di piatti disponibili a colazione, pranzo e cena, concepiti per soddisfare le esigenze più diverse. Anche il menù sposa il wellness per la colazione in camera e il bar della Aurea Spa serve una nuova selezione di bevande proteiche ed energy drink. Infine gli ospiti della Wellness Experience potranno scegliere le cabine situate sui ponti superiori e nelle aree più esclusive della nave e avranno anche un minibar improntato al wellness, che offrirà sport drink, e un canale Fitness TV che trasmetterà video creati dagli esperti di Technogym. È possibile prenotare una crociera scegliendo l'esperienza Wellness a bordo della nuova ammiraglia Msc Meraviglia per una crociera di una settimana nel Mediterraneo occidentale con partenze da Genova, Napoli o Messina e tappe a Malta, Spagna e Francia. Con l'arrivo di MSC Meraviglia si è ampliata anche l'MSC Aurea Spa, centro benessere balinese presente su tutte le 12 attuali navi della flotta. La MSC Aurea Spa ha una superficie totale di 1.100 m² e offre 20 diversi tipi di massaggi, 20 trattamenti per il corpo, 26 trattamenti per il viso ed

L'MSC Aurea Spa, centro benessere balinese, è presente in tutte le navi della flotta



La spettacolare piscina dell'ammiraglia MSC Meraviglia, varata questa estate



A bordo delle navi Costa tutto il benessere delle terme per recuperare la giusta energia

un'area termale dove trovano spazio una "Stanza del Sale", la cascata di ghiaccio, la sauna e il bagno turco. Ampia la gamma di trattamenti Medi-spa sviluppati dal Professor Piero Berrino, e di trattamenti Mya Advance, Q-Frequency, elettroporazione e anti-età somministrati a bordo da medici con specifica formazione. All'interno dell'MSC Aurea Spa si trova anche un enorme fitness center panoramico dotato dei migliori attrezzi Technogym. Informazioni al sito www.msccrociere.it.

Benessere termale sulle navi Costa

Tutto il benessere delle terme per recuperare le energie, a bordo delle navi Costa Diadema, Costa Fascinosa, Costa Favolosa, Costa Deliziosa, Costa Luminosa, Costa Pacifica e Costa neoRomantica. Qui è possibile ritrovare l'equilibrio in tanti modi: nella lounge Tempio della Pace, con un bagno talassoterapico a temperatura corporea ai sali del Mar Morto o con un bagno turco aromatico per un'esperienza olistica avvolgente. E per una sferzata di energia si potrà scegliere fra i numerosi trattamenti e massaggi ayurvedico, terapeutico balinese o con la stone therapy. Sulle navi Costa il benessere passa anche dalla tavola con ingredienti sani e genuini. Con la formula Deluxe, che prevede il pernottamento in ampie suites, sono inclusi, nella tariffa: colazioni, pranzi e cene in un'area riservata, maggiordomo sempre a disposizione, una giornata da trascorrere all'interno dell'area termale, esperienze di degustazione e altri privilegi. Per chi sceglie cabina o suite Samsara è incluso nel prezzo l'accesso all'area termale per tutta la durata della crociera. Nell'attrezzato centro benessere ampia scelta di massaggi rilassanti e terapeutici alla ionitermia, al bambù o alle alghe elementari; con le pietre calde per sciogliere le tensioni. Per tonificarsi e stimolare l'ener-

gia: percorsi sportivi, yoga, pilates e kinesis. E poi il bagno turco per eliminare le tossine, sauna tonificante, idromassaggio e momenti di relax su una chaise longue, magari sorseggiando un tè giapponese. Con Costa il benessere raggiunge il massimo nella Samsara, la Spa di bordo presente su alcune navi della flotta. È un'autentica beauty farm di ispirazione orientale, affacciata sul mare e situata sui ponti più alti della nave. Alcune Samsara sono molto ampie: su Costa Fascinosa, Costa Favolosa e Costa Pacifica superano i 6.000 metri quadrati e occupano più ponti. Sulla Costa Diadema, la SPA si sviluppa addirittura su 4 ponti con jacuzzi all'aperto e zona privacy. E dopo il bagno talassoterapico con i sali del Mar Morto, il percorso termale si conclude con il relax nel Tempio della Pace. A bordo della Costa Fascinosa, la Samsara Spa, su due piani, dispone di palestra, terme, piscina per talassoterapia, sale trattamenti, sauna, bagno turco, solarium UVA, Cabine e Suite, 5 vasche idromassaggio, 4 piscine, di cui una con copertura semovente. E per i più sportivi: campo polisportivo e percorso jogging esterno. (Info su www.costacrociere.it).

Yoga, Fitness e Pilates in veliero

All'ombra delle vele rivolte al vento, cullati dallo sciabordio delle onde, inebriati dal profumo di salsedine e avvolti dalla calda luce dei tramonti e delle albe, si può partecipare a lezioni gratuite giornaliere di yoga, pilates e meditazione sul ponte esterno dei maestosi velieri firmati Mikael Krafft. Così la compagnia di navigazione Star Clipper propone una vacanza utile a rinvigorire il corpo e a liberare la mente, apprendendo l'arte della meditazione e del rilassamento, a bordo di Royal Clipper (cinque alberi) e dei gemelli Star Clipper o Star Flyer (quattro alberi). Si navigherà in compagnia degli istruttori, alla volta del Mediterraneo occidentale, fra le Isole Grenadine o in Indonesia, per citare qualche esempio delle numerose proposte che si possono consultare sul sito www.straclipper.com. Gli spazi comuni dei tre clipper dispongono di piscine, biblioteca, Tropical Bar, piano bar ed una sala ristorante dove gustare piatti della cucina internazionale. I due velieri gemelli Star Flyer e Star Clipper, possono opsi-



tare fino ad un massimo di 170 passeggeri ciascuno, mentre l'ammiraglia 5 Royal Clipper ospita fino a 227 passeggeri ed è pure dotata di un piccolo centro benessere. Info su www.starclippers.com

Un resort a filo d'acqua

Il veliero 5 Tridenti Club Med 2, della Exclusive Collection Club Med, disegnato e arredato dal famoso designer Sophie Jacqmin accoglie i suoi ospiti con tantissime attività per godere appieno la vacanza sia a bordo che fuori dalla nave. Il centro fitness, le piscine coperte, corsi di pilates, la sala nautica con il suo accesso alle immersioni, il kayak, la vela, lo sci nautico, il windsurf o il relax presso il centro



termale: tutto il meglio per una vacanza da sogno. È l'ideale per chi sogna di svegliarsi circondato dal mare e di esplorare ogni giorno un luogo diverso, senza rinunciare al comfort pari a uno yacht privato, in un'atmosfera intima, rilassante ed esclusiva. Con un deck nautico in teak di oltre 80mq, Club Med 2 offre la possibilità di sperimentare un'ampia varietà di attività sportive adatte sia ad adulti che a ragazzi, sotto la guida esperta dei G.O® Club Med. Per chi, invece, vuole farsi coccolare a bordo, c'è l'esclusiva Spa by Carita anche con saune e piscine. La crociera Meditativa "Equilibrio Perfetto" prevede lezioni di yoga per piccoli gruppi, tenute da esperti insegnanti, adatte sia ai principianti che agli appassionati yogonisti. Il veliero Club Med 2 navigherà lungo le coste mediterranee, dalla Francia alla Grecia, passando per la Spagna e l'Italia, facendo scalo nei porti più affascinanti. Si possono effettuare anche mini-crociere per le Isole Cicladi, Capri, le Baleari, la Costa Azzurra e tanto altro ed effettuare escursioni in totale libertà o programmate, con guida, nei paesi in cui si fa scalo. Informazioni su www.clubmed.it/r/Club-Med-2/s.

Con Star Clipper per rinvigorire il corpo e liberare la mente fra massaggi, yoga e pilates

Il veliero 5 Tridenti Club Med 2, coccola gli ospiti anche nell'esclusiva Spa by Carita, dispone di piscina e consente attività sportive

