

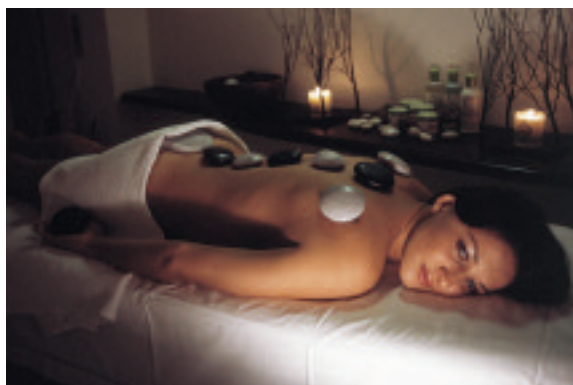
Masseria San Domenico e Borgo Egnazia

Nei pressi di Savelletri, gioiello turistico in provincia di Brindisi, l'offerta congiunta di due top Spa vicinissime e complementari dove provare i trattamenti con acqua di mare più innovativi, perdere peso senza fatica e ringiovanire nel corpo e nell'anima: la Spa Talassoterapia di Masseria San Domenico e la Vair Spa di Borgo Egnazia



Se c'è una regione che sta sviluppando una vocazione sempre più irresistibile per bellezza e benessere questa è la Puglia. Il primo, immediato appagamento viene ovviamente dagli occhi: la natura pugliese

è un riassunto di tutto ciò che offre il nostro Paese: il mare azzurro e cristallino, le spiagge sabbiose e lecalette di roccia, i parchi nazionali, l'entroterra selvaggio delle gravine e delle doline, le saline. E poi naturalmente ci sono le opere d'arte e ingegno che nei secoli l'uomo ha seminato generosamente: le vestigia della Magna Grecia e dell'Impero Romano, l'arte rinascimentale e barocca, e ovviamente i trulli, forse la testimonian-



Spa Talassoterapia Masseria San Domenico

È un incantevole complesso del XIV secolo diventato hotel del circuito 5L-Leading Hotels of the World e circondato da ben 60 ettari di uliveti e frutteti. Qui si trova la Spa Talassoterapia, struttura a orientamento curativo incentrata sulla tecnica introdotta nei primi del Novecento dal medico francese René Quinton. I trattamenti sono a base di acqua marina prelevata da una falda a 400 metri di profondità e resa battericamente pura. Si può scegliere tra: *Percorso Kneipp* (una passeggiata in vasche a diverse temperature che agisce come una vera "ginnastica" vascolare), il bagno "*Bouillonant*" (basato su un'emulsione d'aria in acqua a 28°C) o l'idrokinesiterapia (ottima per la cura delle malattie reumatiche). Un trattamento esclusivo della Spa di Masseria San Domenico è l'innovativa idrocriterapia, che prevede una pedalata su un'idrobike immersa in una vasca da termogenesi, la cui temperatura scende gradualmente da 18 a 16 gradi nell'arco di 20 minuti: il movimento stimola direttamente gli adipociti bruni, grassi "buoni" che bruciano il tessuto adiposo. Chi vuole perdere peso senza sacrifici può anche seguire i precetti della Dieta Mediterranea, qui proposta con successo grazie alle ricche materie prime locali.



za più nota al mondo del nostro passato rurale.

Ma il vero benessere è uno stato che si raggiunge gratificando tutti i cinque sensi, prendendosi cura del proprio corpo in modo mirato, sia quando è necessario intervenire in modo curativo sui segnali con cui il fisico richiama la nostra attenzione sia scegliendo di abbandonarci a esperienze di vero e proprio “life coaching” esperienziale.

Nei pressi di Savalletri, gioiello turistico in provincia di Brindisi, è possibile provare entrambi questi approcci presso due strutture di livello world class vicinissime e collegate: la Spa Talassoterapia di Masseria San Domenico e Vair Spa presso Borgo Egnazia. L'accesso alle due Spa è disponibile agli ospiti di Masseria San Domenico e Borgo Egnazia in modo totalmente intercambiabile e con estrema facilità, poiché le due strutture distano pochi minuti l'una dall'altra e un servizio navetta è sempre disponibile. Questa possibilità di provare due approcci così diversi e complementari è davvero un'opportunità unica e ghiotta per chi vuole prendersi cura di sé in modo totale. P.T.



Spa Vair

Psico-Spa “alchemica” che occupa 1800 mq all'interno dell'incredibile cornice architettonica di Borgo Egnazia, Vair é è un luogo unico al mondo, grandioso eppure denso di quiete, ispirato ai borghi medievali pugliesi e interamente costruito in tufo grezzo. La visione di Vair, che in pugliese significa “vero”, pone l'enfasi sulla bellezza interiore come fulcro e obiettivo dei trattamenti di benessere. L'autenticità della Puglia e le sue tradizioni ancestrali ispirano le “esperienze cambia-vita” caratterizzate da nomi in dialetto e il cui segreto è legato al modo in cui affrontiamo la vita e le relazioni. E così Nghiané e Tarantsi rivolgono rispettivamente agli uomini e alle donne che desiderano liberarsi dallo stress e ritrovare la propria essenza; Na Maele è un viaggio di disintossicazione psico-fisica; A Strignul stimola la capacità di relazionarsi con gli altri attraverso una lezione di danza delle spade, pizzica e tamburello. Tra i trattamenti per sciogliere i blocchi emotivi e fisici (Kiuv, Vuut) e per disintossicarsi (Vair K, Spirt V) ci sono Aquann (una vasca di galleggiamento salina ispirata a quelle di deprivazione sensoriale) e il trattamento viso Abbel bel (che riporta dolcemente a rivivere l'infanzia e giovinezza). Infine, Avemmarì è un viaggio interiore che può aiutarvi a capire come vivere in armonia con il corpo.