





# la Moda. di ritrovarsi nelle Spa

## PER RITROVARE FORMA ED EQUILIBRIO DOPO LE FESTE

DOPO GLI ECCESSI NELLE RECENTI FESTE LA PRIORITÀ È RIMETTERSI IN FORMA E LA SOLUZIONE A TUTTO È L'ACQUA. NON SOLO BERLA, MA PRENDERNE I BENEFICI ATTRAVERSO L'ANTICO CONCETTO DELLE TERME, OVERO LE SPA, PAROLE CHE ULTIMAMENTE È A METÀ TRA LA MODA E LO STILE DI VITA. L'IMPERATIVO È STARE BENE. UN SITO AMERICANO SPECIALIZZATO IN SPA HA SEGNALATO DIECI NUOVE TENDENZE, PENSANDO ALLA SPA COME UNA FUSIONE ANCHE DI BENESSERE E MEDICINA.



# Spa

## 1. MEDICINA ENERGETICA

Sono il regno contemporaneo di discipline orientali di derivazione filosofica vecchie di migliaia di anni. Dove si praticano ancora il reiki, il qi kong, lo yoga e si cerca di ricomporre l'equilibrio interno dei flussi di energia per allontanare lo stress ed avere benefici visibili anche esteriormente. La Spa del Conrad Maldives Rangali Island si snoda attraverso nove stanze trattamento a pochi passi dall'oceano e una piattaforma per lo yoga in spiaggia. La filosofia del luogo si ispira ai poteri dei cinque elementi: aria, acqua, terra, fuoco, ma anche alle piante. Terapie olistiche, massaggi ayurveda e trattamenti a base di frutti (mirtillo e melograno per il viso) sono le chiavi di volta del benessere.

## 2. SPA E CASINO

E' il giusto abbinamento per chi ama liberare la mente sia divertendosi al tavolo del blackjack sia rilassandosi durante un massaggio di 90 minuti. Oppure il punto in cui si incontrano gli interessi di mariti amanti del gioco e mogli fissate con il benessere.

La Canyon Ranch Spa Club del Venetian, storico e lussuoso hotel di Las Vegas, con le sue 90 camere per i trattamenti è la più grande al mondo. Cerimonie di coppia, massaggi con le pietre, trattamenti al mango per ringiovanire il viso. E anche un pacchetto per chi si vuole godere gioco e benessere nel bel mezzo della settimana, il "Mid week luxury".

## 3. MEDICINA E SPA

Sono l'incarnazione della nuova incrociata ispirazione che Spa e cliniche per la cura di particolari disturbi (insonnia o sovrappeso, ad esempio) traggono le une dalle altre. Le prime si dotano di un retrogusto scientifico, le seconde si ammorbidiscono, abbandonando il paziente a favore dell'ospite, mescolando terapie a lezioni di yoga, visite a massaggi rilassanti.

## 4. ECO-SPA

Materiali ecosostenibili, strutture a basso impatto ambientale e prodotti rigorosamente naturali. Le Spa dall'anima verde sono sempre più diffuse e apprezzate. Nei paradisi tropicali come nelle grandi città. Perché stimolano l'armonia interiore e con ciò che ci circonda. Al Six Senses Resort di Phuket, in Thailandia, l'attenzione è equamente ripartita tra il benessere degli ospiti e l'ambiente: programmi purificanti (3, 7 o 11 giorni) e trattamenti relax anti jet-lag abbinati a prodotti completamente biodegradabili, sistemi che combattono lo spreco d'acqua.

## 5. TRENI, BARCHE E AEROPLANI: SPA IN MOVIMENTO

Nemmeno un attimo di tregua alla cura del proprio corpo. Il wellness è importante anche e soprattutto quando si viaggia da un capo all'altro del mondo e magari non lo si fa per piacere ma per lavoro. E le Spa a bordo di navi, treni e nei terminal avanguardistici degli aeroporti si moltiplicano.

## 6. SALUTE E GINNASTICA DELLA MENTE

Gli ultimi ritrovati in materia di centri benessere prevedono massaggi, meditazione, yoga e thai che abbinati a un lavoro mirato all'allenamento mentale, sotto la guida di esperti terapisti neurologici per prevenire i disordini cognitivi tipici dell'età come il morbo di Alzheimer.

## 7. METODI PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS

A volte un massaggio non basta. E nemmeno una settimana all'insegna del relax più completo. Le nuove Spa cercano di far capire ai propri ospiti come gestire lo stress alla sorgente, decifrandone le cause per combatterle quotidianamente a casa propria. Al Miraval Resort di Tucson, Arizona, la ricerca del proprio benessere passa per le sedute di meditazione, la cucina dagli ingredienti sani e un contesto full comfort e lussuoso.





## 8. QUID

E' ciò che devono offrire le luxury Spa in tempo di crisi. Un valore aggiunto, un qualcosa di unico, irripetibile e introvabile che giustifichi la spesa. Trattamenti che, al di là di nomi altisonanti e promesse di rinnovata giovinezza, garantiscano risultati tangibili sul piano del benessere interiore ed esteriore.

## 9. GIOVANI

Sono la nuova clientela delle Spa, in controtendenza rispetto a chi dice che non vogliono prendersi cura di se stessi. Le strutture, dal canto loro, si devono adeguare ( e lo stanno facendo progressivamente) alle esigenze dei propri ospiti: nuovo design, programmi ad hoc. La Ciel Spa dell'SLS Hotel di Beverly Hills, firmata da Philippe Starck, vuole essere un novello tempio del lusso, nel quale ciascuno possa ricercare il proprio benessere a modo proprio. Con un mix di luci, musica e alta tecnologia.

## 10. BRAND

Con oltre 72mila Spa ai quattro angoli del mondo, il marchio è simbolo di fiducia. E le aziende sembrano aver presente questa strategia. Grandi brand del settore beauty o moda aprono centri benessere a cinque stelle sotto il proprio vessillo, basti pensare al nuovo è il nuovo Dior Institute del Hôtel Plaza Athénée di Parigi, storico albergo adiacente alla sede della maison francese in avenue Montaigne. E si moltiplicano le "catene" che del benessere hanno fatto la propria missione. Una su tutte, la Chi Spa presente in 13 diversi Shangri-La Hotels. Il termine Spa deriva direttamente dalla cittadina belga Spa, nota fin dall'antichità per le sue acque minerali. Spa cominciò a svilupparsi nel XVI secolo, quando la reputazione delle sue acque favorì il commercio nella città. Grazie all'afflusso di turisti inglesi che frequentavano Spa sin da quel secolo, il nome della città è divenuto un termine generico per il termalismo, dapprima in inglese e poi anche in altre lingue.

Tuttavia diverse fonti indicano una etimologia fantasiosa del termine, come ad esempio il falso acronimo salus per aquam, oppure la contrazione di "espa" (fontana in lingua vallone, e altre numerose varianti paretimologiche. È certamente da attribuire agli antichi romani la passione per le terme, usate da tutta la popolazione romana, come centro di riposo, socializzazione e benessere, ed esportate in tutte le zone da loro colonizzate.

Le terme romane erano degli edifici pubblici con degli impianti che oggi chiameremmo igienico-sanitari. Questi edifici sono i precursori degli impianti odierni e rappresentavano uno dei principali luoghi di ritrovo durante l'antica Roma. Esistevano due classi di terme, una più povera destinata alla popolazione minuta e una destinata ai ricchi, che erano dei veri e propri monumenti e piccole città all'interno della città.





# Spa

