

Val di Cornia

6 IDEE PER RIGENERARSI

Piccola guida per rilassarsi e rigenerarsi

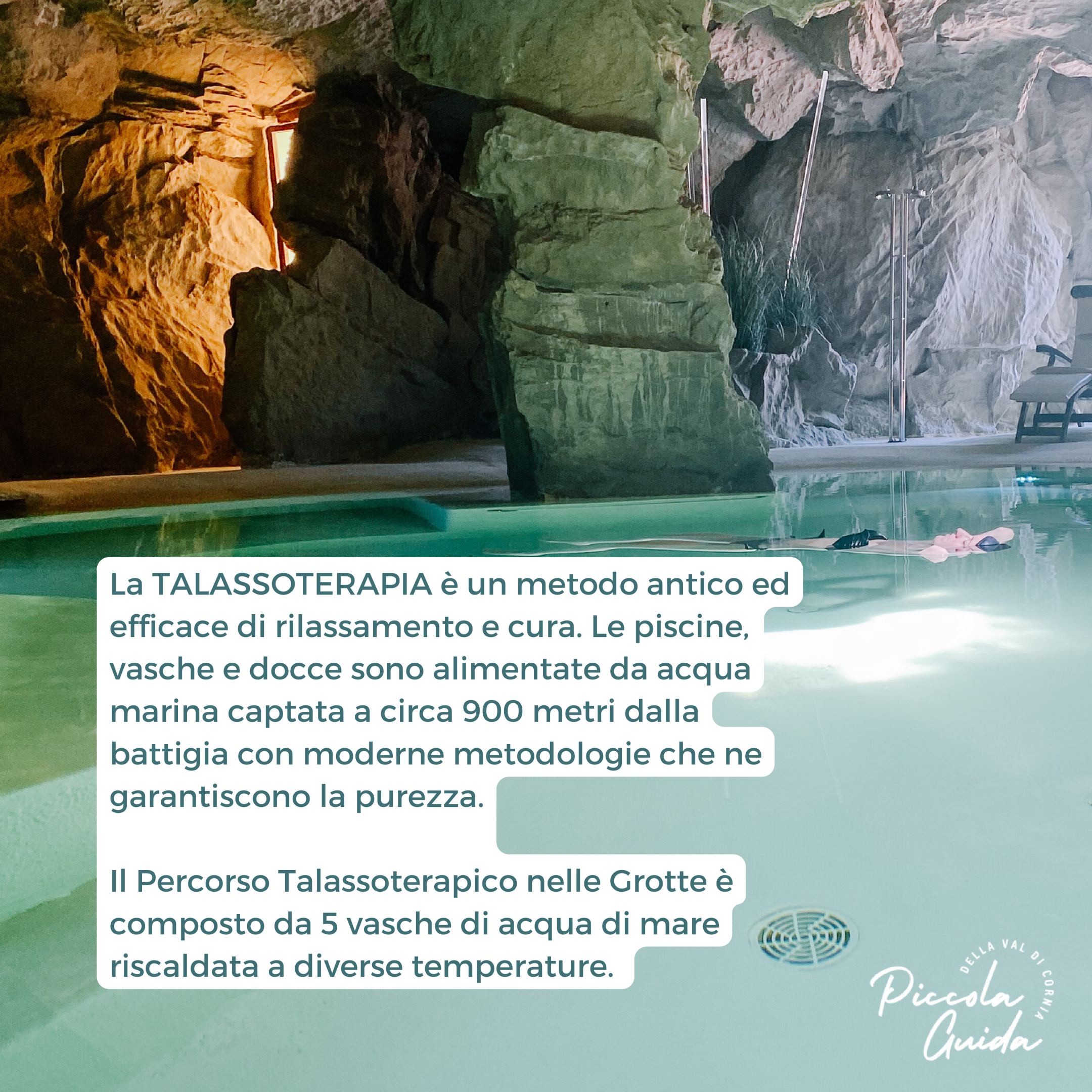


TOMBOLO THALASSO

CASTAGNETO CARDUCCI

Un percorso benessere che
si snoda attraverso varie
vasche di acqua salina.

DELLA VAL DI CORNIA
*Piccola
Guida*

A person is floating on their back in a calm pool of water. The pool is situated within a cave, with large, layered rock formations visible in the background. The lighting is dramatic, with warm orange light on the left and cooler blue and green light on the right. A shower head is visible on the right side of the pool. The water is clear and reflects the surrounding environment.

La TALASSOTERAPIA è un metodo antico ed efficace di rilassamento e cura. Le piscine, vasche e docce sono alimentate da acqua marina captata a circa 900 metri dalla battigia con moderne metodologie che ne garantiscono la purezza.

Il Percorso Talassoterapico nelle Grotte è composto da 5 vasche di acqua di mare riscaldata a diverse temperature.



DELLA VAL DI CORNIA
*Piccola
Guida*

CALIDARIO TERME ETRUSCHE

VENTURINA TERME

Una Sorgente Naturale, un lago dalla storia millenaria tra i più importanti a livello europeo con una superficie d'acqua di circa 3.000 mq, circondato e protetto dai Parchi della Val di Cornia.

LA CERRETA TERME

SASSETTA

Le vasche ispirate alle architetture delle antiche terme, sono alimentate da una preziosa acqua naturalmente calda, che sgorga da un bacino sotterraneo alla temperatura costante di 51°C.

DELLA VAL DI CORNIA
Piccola Guida

DELLA VAL DI GORMIA
Piccola Guida

Alle Terme de La Cerreta è possibile effettuare massaggi e trattamenti e completare il percorso con un pranzo biologico a km zero.



MASSAGGI

ESTETICA VANITY SUVERETO

Un centro estetico condotto con
passione e cura da un team di
bravissime estetiste, pronte ad
accogliervi per una pausa rigenerante

LEZIONI DI YOGA

ASSOCIAZIONE RAME' - VENTURINA TERME

"Lo yoga ci riporta al nucleo di ciò che siamo, alla radice. Ci insegna ad affrontare le difficoltà e le meraviglie della vita con più compassione e forza d'amore"

Potete prenotare la vostra sessione di yoga nella yurta dell'associazione Ramè con l'insegnante Gaia Ceccarelli

FOREST BATHING

MONTIONI

Il “Forest Bathing” è una pratica nata in Giappone col nome di “Shinrin Yoku” ed è molto diffusa in alcuni Paesi dell’estremo Oriente, dove svolge un grande ruolo nella medicina preventiva. Per provarne i benefici si consiglia di spendere almeno un paio d'ore in un bosco maturo come quello che trovate nel Parco di Montioni.

DELLA VAL DI CORMINA
*Piccola
Guida*

Hai trovato utile questo post?



Salva per dopo



Condividi



Commenta



Lascia un like

