

Alto Adige: un weekend di benessere e sport invernali

Al Bad Moos – Dolomites Spa Resort l'obiettivo è raggiungere "l'armonia del corpo". Il resort sorge nella incontaminata Val Fiscalina, sotto lo sguardo imponente delle Dolomiti di Sesto, circondato da un paesaggio mozzafiato. Dalla salute al wellness, dallo sport all'alimentazione, il Bad Moos soddisfa i propri ospiti per una vacanza invernale indimenticabile, perfetta per la salute di mente e corpo, nella cornice delle bellezze della natura. Ecco le sue proposte.

Il metodo Termesana

La preziosa sorgente d'acqua solfata, l'attività fisica e la sana alimentazione, trattamenti wellness e programmi specifici di fisioterapia e riabilitazione. Sono questi i principi su cui si basa l'innovativo metodo Termesana del Bad Moos. Un percorso di rigenerazione fisico e mentale che coinvolge tutta la persona e passa attraverso: colloqui con gli esperti del benessere, menu light Feel Good, programmi di attività Move & Balance, trattamenti Energy, Sulfate & FisioSpa.

Nuovi percorsi benessere nella Spa

I nuovi percorsi benessere della Spa Termesana mettono insieme tutti questi aspetti, dall'alimentazione all'attività fisica, fino ai trattamenti benessere specifici che sfruttano le proprietà dell'acqua solfata. A seconda delle diverse combinazioni, si possono scegliere il pacchetto detossinante o Armonia del corpo, l'Activ & Sport o il pacchetto Termesana. Per ogni proposta ci sono formule diverse a seconda che gli ospiti siano in Day Spa o soggiornino al Bad Moos per 1, 3 o 5 notti.



Sci e fondo nelle Dolomiti

La posizione del Bad Moos, a pochi passi dagli impianti di risalita della Croda Rossa, rende speciale l'offerta dedicata agli sportivi. Gli appassionati di sci possono scegliere, dal 7 al 28 gennaio 2018, il pacchetto "Dolomites Ski Paradise" comprensivo di: 4 pernottamenti, mezza pensione con buffet di prima colazione, merenda altoatesina e cena con menu a scelta di 4-5 portate, 3 giorni di Skipass Dolomiti di Sesto/Alta Pusteria, Holidaypass per l'uso gratuito di bus e treno, Feel Good menu light, programma settimanale Move & Balance, libero accesso alla Spa Termesana. Chi preferisce invece lo sci di fondo può approfittare dell'offerta "Dolomiti Nordic Ski", valida sempre dal 7 al 28 gennaio 2018. Il pacchetto comprende: 4 pernottamenti, mezza pensione con buffet di prima colazione, merenda altoatesina e cena con menu a scelta di 4-5 portate, 1 tessera fondo Alta Pusteria con cartina fondo, 1 massaggio parziale a persona, 1 bagno di zolfo originale individuale o per la coppia, Holidaypass per l'uso gratuito di bus e treno, Feel Good menu light, programma settimanale Move

& Balance, libero accesso alla Spa Termesana.

Corsi e check-up per sportivi

Oltre alle splendide montagne e alle piste perfettamente innevate, chi ama mantenersi in forma al Bad Moos trova la palestra Cardio & Isotonic Bad Moos, una sala di 50 mq perfetta per l'allenamento fitness, completa di attrezzi Technogym e Nautilus. Un'ampia sala è dedicata alle attività di gruppo, come yoga e pilates, regolarmente condotte la mattina da un istruttore. A disposizione degli sportivi anche le lezioni di aquagym nella piscina coperta che grazie alle vetrate permette una vista a 360° sulle Dolomiti circostanti. Per migliorare le performance sportive, ma anche per affrontare le piste in completa sicurezza, direttamente in hotel si può richiedere un check-up sportivo presso il centro medico, aperto agli ospiti interni ed esterni, che si occupa in particolare di Medicina dello Sport e Medicina interna.

Per maggiori informazioni e prenotare: Bad Moos – Dolomites Spa Resort, via Val Fiscalina 27, Sesto Moso (BZ) – tel. 0474.713100 – www.badmoos.it