

26 DICEMBRE 2016 N. 1 €1,50

LA TUA ABITUDINE AL BENESSERE

Starbene

CHIEDI A STARBENE
100 ESPERTI
RISPONDONO GRATIS SU
ESPERTI.STARBENE.IT

ALITO
CATTIVO
ADDIO
SOLUZIONI
SU MISURA

la pelle
perfetta
**si conquista
a tavola**

cure dolci
**COSA NON
DEVE MANGIARE
NEL TUO
ARMADIETTO**

perdi peso
(e ti curi) con
la dieta Com

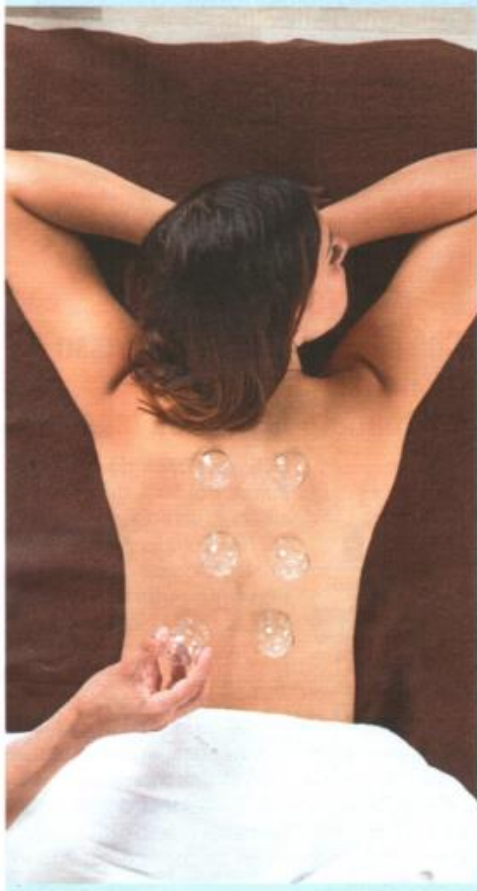
IL MONDO
DEL LAVORO
È CAMBIATO
**COGLI LE
OPPORTUNITÀ**

**LO STARBENE LAB
HA TESTATO PER TE
> COTECHINI E LENTICCHIE
> GLI SCI AL FEMMINILE**

FITNESS-CREATIVITÀ-CUCINA
**il corso lo
trovo on line**

GRUPPO **MONDADORI**
SETTIMANALE - DICEMBRE - ANNO XXXIX - N. 1 - POSTE ITALIANE SPA - SPED. IN A.P. D.L. 350/03 ART. 1 COMMA 1, DCR VERONA - AUS-
TRIA - € 3,00 - GERMANIA - € 3,00 - BELGIO - € 3,00 - SPAGNA - € 3,00 - FRANCIA - € 4,00 - LUSSEMBURGO - € 3,00 - PORTOGALLO (CONT.) - € 4,00
SVIZZERA CANTON TICINO CHF 4,40 - SVIZZERA CHF 4,00 - U.K. GBP 3,40 - USA 6,50 - CANADA 6,50 - MC, COTE D'AZUR - € 4,40

Le "coppette" si usano anche per i trattamenti estetici?



Le coppette di vetro sono protagoniste del metodo Vitalis, ideato dal medico omeopata Joseph Vitalis, originario di Brunico, e ora diffuso in molti centri benessere italiani. Non hanno nulla a che vedere con la tecnica di coppettazione usata nella medicina tradizionale cinese, che serve per riequilibrare i meridiani energetici. In questo caso l'effetto-ventosa è molto più delicato e non c'è alcun rischio di lasciare lividi.

Le coppette sono utilizzate sull'addome, sulla schiena e sulle gambe afflitte da cellulite, in tre distinti trattamenti. Nel *Resonanz addome* si fa percorrere a una campana di vetro il tratto ascendente, trasverso e discendente dell'intestino, per "aspirare" le tossine, **stimolare la peristalsi e riattivare la funzionalità intestinale.** Il massaggio con la coppetta si abbina a quello con bastoncini di zolfo



Miriam Heidegger
responsabile Spa del
Family Hotel
Schneeberg Resort &
Spa, in Val Ridanna
(Bolzano)

(depurante e antinfiammatorio), con oli essenziali e compresse calde imbevute di ginepro, unitamente alle sonorità terapeutiche delle campane tibetane. Il trattamento *Dorsalis* utilizza invece due coppette di vetro manovrate sulle fasce muscolari della schiena per decontrarle. La leggera suzione esercitata sulla pelle, più forte di quella sull'addome, **elimina tossine e acido lattico, riattiva il microcircolo e rilassa la muscolatura posteriore.** Il tutto sempre accompagnato dal massaggio eseguito con il rolio di panni umidi, oli essenziali e campane tibetane.

Infine, il *Resonanz cellulite* prevede diversi passaggi che durano 80 minuti. Dopo aver massaggiato cosce, fianchi e glutei con un peeling enzimatico, si fa un impacco di alghe ad azione detossinante. Quindi si esegue un particolare massaggio, dalla vita in giù, con una coppetta di vetro sotto vuoto che, **grazie all'effetto-vacuum, combatte la stasi venosa e linfatica e riattiva tutta la circolazione.** Lo stimolo indotto dalla campana ha anche un effetto rassodante, risvegliando la funzionalità epidermica. Infine, si esegue un massaggio manuale con una crema anticellulite al rosmarino e si conclude con il suono molto rilassante delle campane tibetane, che riequilibra i campi energetici dei nostri arti inferiori. Ogni trattamento parte da 60 € circa.



IN ESCLUSIVA PER I LETTORI DI **STARBENE**

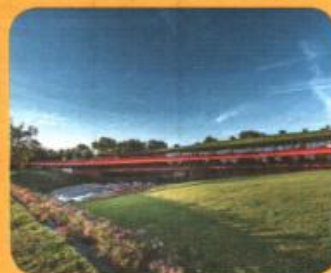
1 PACCHETTO "BENESSERE E RELAX" A 290 € A PERSONA PRESSO IL
VILLAVERDE HOTEL&RESORT WELLNESS SPA & GOLF****S DI FAGAGNA (UDINE)

Ritaglia il coupon e presentalo alla reception del *Villaverde Hotel&Resort Wellness Spa & Golf****S* di Fagagna (Udine): se soggiorni in questo hotel tra le romantiche colline moreniche del Friuli, a 130 km da Venezia, potrai usufruire di **1 pacchetto "Benessere e relax" al prezzo speciale di 290 € a persona** (include un soggiorno con 2 pernottamenti in camera matrimoniale Doppia Comfort, con colazione a buffet inclusa; 1 cena al Villaverde Bar&Restaurant; 1 degustazione in una tipica prosciutteria di San Daniele; 1 massaggio localizzato rilassante; 1 trattamento corpo o viso; accesso al Villaverde Wellness & Spa e alla palestra attrezzata Technogym; percorsi podistici nel Villaverde Golf Course e city bike a disposizione per scoprire la bellezza del paesaggio).

Prenota al n. 0432-1610700 dicendo che sei una lettrice di *Starbene* e al tuo arrivo ricordati di presentare il coupon.

**Iniziativa valida dal 20 dicembre 2016 al 28 febbraio 2017
solo su prenotazione e salvo disponibilità.**

Info: villaverderesort.com



www.starbene.it 83