

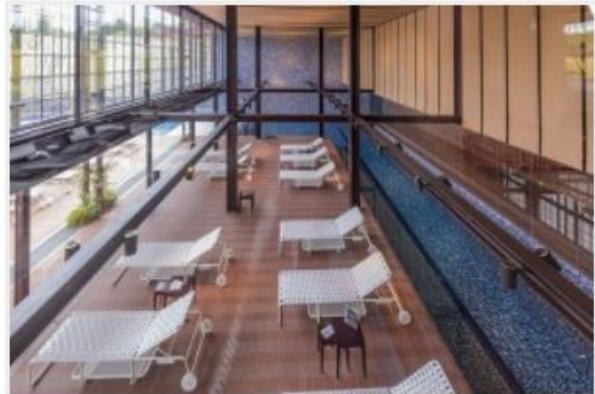
## Benessere e Bell'essere

Iniziare l'anno in piena forma tra sci, terme ed esperienze relax

di Franca Puccini

### Villaverde Hotel & Resort Wellness SPA & Golf: total wellness

Il benessere psicofisico è il cuore pulsante del Villaverde Hotel&Resort Wellness Spa&Golf, quattro piani di architettura contemporanea eco sostenibile, fra le splendide colline moreniche di Fagagna, contornato da querce e faggi che svettano sullo sfondo delle Alpi Giulie. Punto d'eccellenza è il Villaverde Wellness Salus per Aquam, che si sviluppa su una superficie di 800 mq e offre un'ampia gamma di attività e trattamenti. Dalla hall del Villaverde Hotel & Resort si scende per 12 metri grazie ad una scala sospesa: entrare nella Spa significa abbracciare una nuova e completa dimensione di benessere.



Il Villaverde Wellness è tra le poche strutture ad offrire la **Floating Therapy**, il trattamento approvato in Italia dagli Stati Uniti.

La floating room del Villaverde, una speciale vasca che occupa totalmente una stanza, permette di raggiungere un effetto di rilassamento profondo tramite la tecnica del galleggiamento, ottenuta grazie alla speciale concentrazione di sali nell'acqua (98% di solfato di magnesio), ad una temperatura di 37 gradi.

Queste condizioni consentono di ridurre lo stress fisico e mentale, eliminare i dolori articolari e muscolari e purificare il corpo nel modo più semplice e naturale. E' stato accertato che un'ora di galleggiamento equivale a 4-6 ore di sonno.

In una totale assenza di peso, luci, suoni e contatti si riesce a raggiungere un profondo rilassamento con gli stessi effetti, fisici e mentali della meditazione [www.villaverderesort.com](http://www.villaverderesort.com)

<http://www.viaggi vacanze.info/newsite/2017/01/benessere-e-bell%e2%80%99essere-7/>