



Nella spa altoatesina per ricaricare le batterie

Dal trattamento Bio Elettro Detox per espellere i metalli pesanti dall'organismo al "Corpo Calco" per perdere i chili in eccesso: i brevetti di Villa Eden a Merano

di Vincenzo Petraglia

Dici manager e pensi stress all'ennesima potenza. Che va anche bene, perché i ritmi forsennati danno adrenalina. Ma nel lungo periodo è tutta un'altra storia: meglio correre ai ripari e abbassare i livelli di cortisolo nel nostro organismo. Meglio se in una top medical spa a cinque stelle, come Villa Eden Leading Park Retreat (via Winkel 68/70, 0473 236583, www.villa-eden.com), nella zona residenziale di Merano, fra lussuose dimore e scenari naturalistici di grande impatto a due passi dalle piste da sci di Merano 2000, che fonde la tradizione altoatesina con alcune tecniche e trattamenti all'avanguardia. Un approccio al benessere psico-fisico 360 gradi che si traduce in un percorso *tailor made* in linea con gli obiettivi che ciascun ospite vuole raggiungere e che coinvolge in parallelo alimentazione, attività fisica, tecniche di rilassamento e trattamenti ad hoc per riequilibrare corpo e mente. Ogni soggiorno a Villa Eden (quello ideale per raggiungere risultati dura-

turi nel tempo sarebbe di 7-10 giorni, ma ci si può accontentare delle formule weekend o long weekend) comincia con una consulenza medica e una visita specialistica, che prevede anche diagnostica tomografica per individuare eventuali aree critiche e squilibri dell'organismo, dopo la quale si appronta insieme un efficace piano d'azione. Il tutto in una struttura di grande charme, da poco peraltro rinnovata, con ambienti comuni, due piscine, una interna e l'altra all'aperto, ampio giardino e aree relax, camere e suite di alto livello. Come lo è anche la cucina, in mano a chef che san-



no proporre un'alimentazione light e salutare senza rinunciare al gusto.

I trattamenti a disposizione spaziano dai massaggi di ogni tipo al drenaggio, dalla bioterapia per stimolare il metabolismo alla riflessologia plantare con cromoterapia, passando per la stimolazione dei punti chakra del corpo con musicoterapia, per disintossicare l'organismo. O, ancora, trattamenti come quelli contro la caduta dei capelli (e per la ricrescita di quelli perduti) tramite biorivitalizzazione con piastrine PRP (plasma ricco in piastrine), e ossigeno-ozoto terapia contro i radicali liberi responsabili dell'invecchiamento cellulare. In fase di diagnostica, il TestFlora: l'esame della flora intestinale, con una cura personalizzata per il ripristino del corretto funzionamento dell'intestino, che vita frenetica, alimentazione sregolata, fumo, alcol e stress inficiano, provocando stanchezza, gonfiore, allergie e patologie varie. Alcuni dei trattamenti proposti sono stati brevettati proprio a Villa Eden. Come il "Bio Elettro Detox", un sistema innovativo che aiuta a espellere dall'organismo gli accumuli di metalli pesanti che possono provocare allergie, intossicazioni e malattie anche gravi, e il "Corpo Calco", utile sia per lui che per lei per perdere facilmente i grassi in eccesso. Alcuni di questi trattamenti sono parte integrante dei pacchetti pensati per staccare la spina, allontanare lo stress, anche attraverso la meditazione o altre tecniche di rilassamento, e ritrovare il proprio equilibrio naturale e l'energia per affrontare al meglio la vita professionale. «La nostra - spiega Angelika Schmid, proprietaria della struttura avviata nel 1982 dal padre Karl, eclettico uomo d'affari che ha messo su un bel patrimonio tramite l'attività di produttore su licenza dell'amaro Jaegermeister e capace poi di differenziare il suo business - è, più che una beauty farm, una destination spa dove relax, svago e salute vanno di pari passo e dove ogni cosa è pensata per aiutare gli ospiti a ritrovare il proprio benessere, quando sono qui da noi, ma anche e soprattutto quando tornano a casa facendo propri stili di vita il più possibile sani». Provarre per credere.