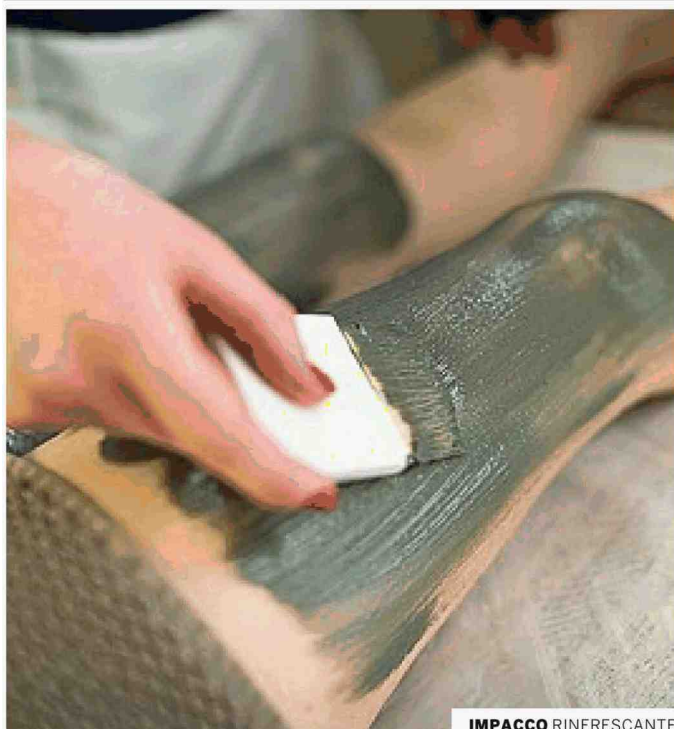


# IN FORMA

## BENESSERE

CONTRO IL CALDO ( E LA CELLULITE)



IMPACCO RINFRESCANTE

## WEEKEND RELAX

### Massaggio agli oli essenziali sul Garda

«Palazzo Arzaga» è un'antica dimora del XV secolo immersa in una tenuta di 144 ettari, a soli 5 chilometri dal Lago di Garda (un'ora e mezza da Milano), convertita in un Golf & Spa Resort a 5 stelle.

**Trattamenti** Il centro benessere dispone di: piscina interna ed esterna, idromassaggio, 3 saune, 2 bagni di vapore, docce emozionali e area relax con angolo tisaneria. Qui, dopo esservi rilassati nel percorso benessere e dopo una nuotata in piscina, proverete il massaggio corpo agli oli essenziali che stimola la circolazione e dona nuova energia a mente e corpo.

**Da notare** Il resort dispone di un campo da golf di 18 buche e di un secondo campo da 9 buche, progettati rispettivamente da «Jack Nicklaus» e «Gary Player», dove si organizzano anche corsi per tutti i livelli e per ogni età.

**Prezzo** Da 340 euro a notte a camera. Il pacchetto «Equilibrio» include: 1 notte in camera «classic», prima colazione, accesso al centro benessere, piscine e palestra, percorso benessere, massaggio agli oli essenziali, sconto 20% su altri trattamenti e sconto 20% sull'acquisto di prodotti cosmetici.

Nicoletta Pretto



**Palazzo Arzaga Hotel Spa & Golf Resort**, via Arzaga 1, S. Cavalse della Riviera (BS). Da Milano: A4 DIR. VENEZIA, USCITA BRESCIA EST. ☎ 030.68.06.00, [WWW.PALAZZOARZAGA.IT](http://WWW.PALAZZOARZAGA.IT)

## Un sollievo immediato per le gambe

Caldo e cellulite. Combinati insieme, sono i nemici numero uno della salute delle gambe, che diventano macigni nelle giornate in cui le temperature volano alle stelle. Ne sanno qualcosa le tantissime donne (ma non mancano gli uomini) che passano in piedi gran parte della giornata. O che stanno sedute per ore. Per tutte il risultato finale è uno: gambe pesanti, gonfie, doloranti. E la pelle a buccia d'arancia non fa che peggiorare la situazione.

Per questo da «Progetto Benessere» affrontano, insieme, cellulite e gambe pesanti, con un prodotto naturale messo a punto da un laboratorio erboristico italiano. Si tratta di un «trattamento d'urto» contro la cellulite, combinato a un composto rinfrescante che dà immediato sollievo agli arti inferiori. Solitamente sono consigliate almeno cinque applicazioni di

«Cellpack Fresh», ognuna della durata di 50 minuti. Prima di iniziare, viene naturalmente fatta una valutazione dello stato di benessere delle gambe: la cellulite, si sa, si presenta in diversi stadi e non tutti possono essere affrontati allo stesso modo. Durante la seduta il prodotto viene applicato sugli arti inferiori, sull'addome e sui glutei con apposite garze, e si viene avvolti nel cartone per il tempo di posa. Il cataplasma fitoterapico rinfrescante è a base di edera, luppulo e ginseng, tre ingredienti noti per le proprietà benefiche e l'efficacia nel trattare cellulite e stanchezza alle gambe. Grazie all'impacco, la pelle si presenta più elastica e levigata e il microcircolo migliora, dando sollievo agli arti. Una volta risciacquato il prodotto con la doccia, viene applicato un gel specifico. Per chi desidera, è possibile usare una crema-gel anche a casa (costa 30 euro).

Federica Maccotta

**Progetto Benessere**, via della Moscovia 24.  
 ☎ 02.62.69.01.58