



TRENTINO: Hotel Plunhof



#### BLUE THERAPY

Immergersi in specchi d'acqua ad alto tasso scenico è una delle maggiori tendenze benessere del momento. In queste immagini alcune strutture che fanno della piscina il proprio punto di forza dell'accoglienza.

Con l'estate che avanza, il primo piede in acqua si può mettere in Sardegna, per la precisione nel cuore della Gallura, a Golfo Aranci: è qui che **l'Albero Capovolto Country & Sea Boutique Hotel** ([alberocapovolto.com](http://alberocapovolto.com)), sette camere e suite nascoste in un habitat selvaggio ricco di colori e profumi, offre menu «a km 0», percorsi fra campagna e mare, sessioni di yoga, un'area benessere studiata con la Spa Mediterranea

di Cascioni Eco Retreat, e una piscina a sfioro immersa fra olivastri e fioriture autoctone, ideale per trovare sollievo dalla canicola assaporando l'incanto del paesaggio circostante.

Alessandro Israelachvili, patron e ideatore del progetto, è pronto a prendersi cura degli ospiti accompagnandoli alla scoperta dei luoghi segreti dell'isola.

**Nel cuore dell'Italia, in Val D'Orcia, la Locanda in Tuscany** ([locandaintuscany.it](http://locandaintuscany.it)) unisce i plus di una vacanza agreste e i benefici di una pausa da centellinare in un territorio traboccante di arte, storia e natura. Le nove camere, alcune dotate di grandi vetrate, altre di patio aperto sui giardini o la vallata, hanno tutte accesso diretto alla piscina, che si affaccia sulla skyline disegnata dalle morbide colline e dai lunghi filari di cipressi.

Da questa base si raggiungono facilmente Montepulciano, Pienza e le terme libere di Bagni San Filippo, fra la Val d'Orcia e il Monte Amiata, la patria dei patiti di trekking e

mountain bike e meta inserita nella Via Francigena, a 15 minuti dal resort.

La Taverna di Mozart, ristorante gourmet a pochi passi dalla Locanda, serve piatti della tradizione accompagnati da vini regionali.

Chi cerca il silenzio e un clima fresco, conditi con il piacere della nuotata in quota, in Alto Adige avrà solo l'imbarazzo della scelta. Nel bosco di Gudon-Chiusa, provincia di Bolzano, con le sue 54 camere e suite **l'Hotel Gnollhof** ([gnollhof.it](http://gnollhof.it)) è un nido di pace affacciato sulle Dolomiti e la Valle Isarco. Qui si può alternare una coccola nella spa, con i trattamenti beauty firmati Comfort Zone, a un'immersione rilassante nella «infinity pool» riscaldata o a una seduta nella sauna panoramica finlandese e nel bagno turco classico o salino. Non mancano le opportunità per il trekking lungo i sentieri delle malghe e i percorsi adatti alle due ruote, sempre più amate dalle famiglie.

Anche l'Alta Val Pusteria del Tirolo orientale è la destinazione doc per chi viaggia con minori al seguito, ma

TRENTINO: Hotel Schloss Freudenstein

