

# F

solo  
**1€**

NUMERO  
DA  
COLLEZIONE

N.1 settimanale 9 gennaio 2019 1 euro

**MODA**  
COME CI VESTIREMO  
IN PRIMAVERA

**BEAUTY**  
INIZIA IN GRAN  
FORMA IL 2019

**BENESSERE**  
IL SEGRETO  
PER MANGIARE  
CIÒ CHE VUOI

**VIAGGI**  
DALLA VALLE D'AOSTA  
AL TRENTINO  
8 SPA SULLA NEVE

# Jennifer Aniston

BYE BYE UOMINI! A 50 ANNI RIPARTO DA ME

# 100 DONNE CHE AMIAMO

INTERVISTE  
ESCLUSIVE A:

Claudia  
CARDINALE

Federica  
MOGHERINI

Glenn  
CLOSE

Ilaria  
CUCCHI

Angela  
MISSONI

Marina  
ABRAMOVIC

Silvia  
MARCHESAN

Giulia  
BLASI

Maria  
Cristina  
FIORE

Silvia  
VIANELLO

ISSN 2280 773X

90001 >



9 772280 773004



CAIRO EDITORE

## Wellness sulla neve

### NAZ (BOLZANO)

CHILOMETRI DI PISTE E  
POI VAPORI PROFUMATI

L'autentico *Aufguss*, la gettata di vapori profumati all'interno della sauna, è uno dei piaceri della Spa del Seehof, albergo ecologico e punto di partenza per raggiungere il comprensorio della Plose-Bressanone, famoso per il fondo, le ciaspole e la Trametsch, la pista più lunga dell'Alto Adige ([valleisarco.info](http://valleisarco.info)). A piedi si raggiunge Bressanone e l'Abbazia di Novacella, con affreschi, enoteca e ristorante.

**Da non perdere:** La forza delle Alpi, massaggio con tamponi imbevuti di erbe officinali (70 euro).

• **Seehof Nature Retreat** via Flötscher 2, Naz (Bz), tel. 0472.412120; doppia b&b da 200 euro, [seehof.it](http://seehof.it)



### SAUNA RIGENERANTE

La sauna del Seehof, dove si prova la gettata di vapori profumati *Aufguss*.

Tiberio Sorvillo

# MONTAGNA FRA

*Discese, ciaspolate, giri in slitta, passeggiate e vista stratosferica sulle Alpi. Poi sauna, hammam,*

### GRESSAN (AOSTA)

IDROMASSAGGIO, SPORT  
E SHOPPING

Ci si sfilava la tuta da sci e s'indossava il costume da bagno per entrare nel caldo idromassaggio all'aperto. È uno dei plus del Tivet, albergo a gestione familiare, con Spa ricavata dalle antiche cantine, ristorante, piste da sci fuori dalla porta ([pila.it](http://pila.it)) e comoda telecabina che scende ad Aosta, dove dal 30 al 31 gennaio si svolge la famosa Fiera di Sant'Orso, con artigianato, degustazioni e musica.

**Da non perdere:** Private Spa, con sauna, idromassaggio e fonduta di cioccolato (60 minuti, 40 euro per due).

• **Hotel Tivet**, Gressan (Ao), tel. 0165.59967, doppia da 160 euro in mezza pensione per due, [tivet.it](http://tivet.it)



### BOLLE E FIOCCHI DI NEVE

L'idromassaggio all'aperto per rilassarsi in mezzo alla neve dopo una sciata nel famoso comprensorio di Pila.



**BAGNO CALDO  
CON VISTA**

L'infinity pool dell'Alpinhotel Pacheiner, sull'Alpe Gerlitzten, nel cuore della Carinzia.

**GERLITZEN, AUSTRIA**  
A MISURA DI FAMIGLIA  
DALLE PISTE ALLA PISCINA

Mentre i bimbi sciano, ti godi l'infinity pool. Il comprensorio racchiude 60 km di piste ampie e soleggiate, rifugi gourmet e terrazze solarium, l'ideale per chi ama la montagna facile (*carinzia.at*). Sull'Alpe, a 1.900 metri, si trova il Pacheiner, l'unico albergo certificato come centro sci per famiglie, che, allo stesso tempo, vanta una grande Spa, con saune, hammam e immensa piscina con acqua a 32 °C e vista sui monti.

**Da non perdere:** Hot stone, trattamento con pietre riscaldate (60 minuti, da 65 euro).

• **Pacheiner**, Pölling 20, tel. 0043.42482888; doppia da 180 euro in pensione ¾ per due, [pacheiner.at](http://pacheiner.at)

# SPORT E RELAX

massaggi e bagno caldo open air. Ecco 8 oasi wellness sulla neve, dove la giornata finisce in "bellezza"



**EDEN SULLE  
PISTE**

La terrazza della Spa del Silena, con braciere acceso e piscina riscaldata.

**VALLES (BOLZANO)**  
FONDO, CIASPOLE, SLITTA  
E MASSAGGIO ANTI-AGE

Meditazione, yoga, sessioni di Qi Gong. La Spa del Silena è un angolo zen nel cuore delle Dolomiti. Si trova a valle degli impianti che portano all'area sciistica Rio Pusteria ([riopusteria.it](http://riopusteria.it)): 55 chilometri di piste. Ma si può anche ciaspolare nella Valle di Altafossa, fare fondo all'Alpe di Rodengo-Luson, raggiungere la Malga Fane e scendere in slitta.

**Da non perdere:** Purifying Face, trattamento al viso con peeling, impacco e massaggio per cancellare i segni dell'età (50 minuti, 90 euro).

• **Silena**, via Birchwald 10, Rio di Pusteria/Valles (Bz), tel. 0472.547194; doppia da 208 euro in pensione ¾ per due, [silena.com](http://silena.com) ▶