



WELL — NESS & RELAX

/ Magazine



Wellness & Relax #inLombardia — Magazine

Bienvenue dans la douceur d'une eau apaisante qui jaillit de la roche, dans l'atmosphère raréfiée enrichie d'un nuage salin, parmi les jets d'eau lumineux d'une douche sensorielle accompagnée de la douce caresse d'un massage parfumé. Les 13 thermes de la Lombardie que nous vous présentons sont prêts à dorloter ceux et celles qui désirent s'accorder un moment de pure détente, mais également prendre soin de leur santé. En effet, on attribue aux sources thermales de la Lombardie des propriétés efficaces permettant de prévenir et de traiter un grand nombre de troubles et d'affections. Chacun de ces centres propose des soins conventionnés en partenariat avec le Servizio Sanitario Nazionale (Système de Santé Publique), y compris des inhalations, des bains thermaux et des bains de boue.

Willkommen im warmen Wasser, das aus dem Felsen fließt, in der verdünnten Salznebelatmosphäre zwischen den Strahlen einer Erlebnisdusche, in der weichen Liebkosung einer duftenden Massage. Die 13 Thermalbäder der Lombardei, die wir präsentieren, stehen bereit, um all die zu verwöhnen, die sich gerne reine Entspannung gönnen und etwas für ihre eigene Gesundheit tun. Tatsächlich haben die Thermalquellen der Lombardei anerkannte wirksame Eigenschaften zur Vorbeugung und bei der Behandlung zahlreicher Beschwerden und Krankheiten. Jedes dieser Zentren bietet Konventionen des Nationalen Gesundheitswesens für Behandlungen wie Inhalationen, Thermalbäder und Schlammtherapie an.

En couverture / Deckblatt

Infinity pool, Bormio - Bagni Vecchi.



Terme President, une activité sportive pour tout le monde

Qui a dit que les thermes ne sont pas faits pour les sportifs? Venez à Salice et vous découvrez que...

En Lombardie, il existe des sources très anciennes, et d'autres qui ont été découvertes il n'y a que quelques années seulement. Au fil du temps, des stations thermales, des hôtels et parfois des villages entiers ont fleuri autour de certaines de ces sources.

À l'inverse, d'autres sources ont été découvertes il y a quelques années et ont été intégrées dans une structure *ad hoc*. C'est le cas des Terme President, nés du rêve d'un homme d'affaires visionnaire, qui, sur la colline à l'entrée de Salice, avait imaginé un grand hôtel avec des thermes facilement accessibles depuis les chambres. Le President Hotel, inauguré en 1979, supplémente l'offre thermale de Salice.

La station thermale, plusieurs fois rénovée, est à la disposition des clients de l'hôtel, mais également des visiteurs qui veulent se consacrer à quelques heures de bien-être absolu. Vous disposez d'un nombre important de possibilités. Les novices pourront s'offrir le package «

Thermalbad President, im Zeichen des Sports

Wer sagt, dass Thermalbäder nichts für Sportler sind? Kommen Sie nach Salice und Sie werden feststellen, dass...

Es gibt in der Lombardei uralte Quellen und solche die erst vor wenigen Jahren entdeckt wurden. Es gibt Quellen, die im Laufe der Zeit Thermalbäder, Hotels und zuweilen ganze Dörfer haben wachsen sehen, und neu entdeckte Quellen, für die eigens dafür Anlagen errichtet wurden. Dies ist bei den Thermalbädern der Fall. President, ein großes Hotel mit von innen bequem zugänglichen Thermalbädern am Eingang von Salice, das aus der Vorstellung eines visionären Unternehmers heraus entstanden ist.

Terme President
 President Hotel Terme
 Via Perosi 5
 Godiasco Salice Terme (PV)
 Tél. +39 0383 92341
 www.termepresident.com



– 5 raisons pour choisir Salice

1. Au cœur du Parco delle Terme di Salice, le **Parc Aventure Salice-Terme** propose des parcours découverte parmi les arbres, plateformes suspendues, passerelles, ponts tibétains, téléphériques, cordes et escaliers.
2. Salice Terme est l'endroit idéal pour le sport en plein air. Les thermes proposent non seulement des terrains de golf et des itinéraires de randonnées, mais également des terrains de beach volley et de futsal ainsi que plusieurs piscines.
3. Qui peut résister au charme du firmament? Pour le scruter « de près », à Cecima, il y a le **Planétarium et l'Observatoire Astronomique Ca' del Monte**. Celui-ci se trouve à moins de 7 km de Salice.
4. À 6 km de Salice, les zones boisées composées de châtaigniers, autour de San Ponso Semola, un quartier de Ponte Nizza, offrent une belle promenade jusqu'à la petite chapelle des **Grottes de San Ponso**.
5. Toujours à Ponte Nizza, dans la localité de **Carmelo**, visitez l'**ancien village**, avec ses maisons en pierre, précieux témoignage de l'ancienne civilisation paysanne de l'Oltrepò Pavese.



souffle-détente » comme point de départ, qui exclut les traitements personnalisés comme les massages et les masques, mais qui offre l'accès aux services de sauna finlandais et au hammam, à la douche écossaise, à l'hydro-parcours vasculaire en eau thermale avec hydromassage, à la palestre et à un espace détente où il est possible de déguster des infusions aux propriétés détoxifiantes et des tisanes aromatiques tout en se laissant bercer par une musique zen. À l'inverse, pour les visiteurs qui ont l'habitude de les fréquenter, et qui veulent surtout ajouter une dose de sport à leur expérience thermale, les Terme President offrent quatre packages de bien-être quotidiens tous très intéressants. Avec le package *Thermes, nature et...*

aventure vous monterez à cheval en plein cœur des collines de l'Oltrepò, puis vous abandonnez à de doux moments de détente grâce aux traitements du visage et aux massages anti-stress. Avec le package *Thermes et nature en VTT*, vous pourrez parcourir des zones boisées, suivre des cours d'eau, admirer des paysages à couper le souffle et, pour finir, vous détendre en profitant de séances de massages post-sport, d'un hydro-parcours vasculaire et d'une bonne tisane dans l'espace détente. Si vous aimez le golf, le package *Thermes et détente à 18 trous* est pour vous, parce que si votre rêve a toujours été de voir le monde d'en haut, avec l'offre *Thermes... au septième ciel*, vous pourrez finalement le réaliser en faisant du parapente!

– 5 Gründe sich für Salice zu entscheiden

1. Im Herzen des Kurparks von Salice bietet der Erlebnispark **Salice-Terme Abenteuerwege** inmitten von Bäumen, mit hängenden Plattformen, Laufstegen, tibetischen Brücken, Seilbahnen, Seile und Leitern.
2. Salice Terme ist der richtige Ort, um Sport im Freien zu treiben. Neben Golfplätzen und Wanderwegen gibt es Beachvolleyballplätze, Fußballplätze und Schwimmbäder.
3. Wer kann dem Charme eines Sternenhimmels widerstehen? Um ihn von Cecima "aus der Nähe" zu sehen, gibt es das Planetarium und **Sternenwarte Ca' del Monte**. Es ist weniger als 7 km von Salice entfernt.
4. 6 km von Salice entfernt bieten die Kastanienwälder um San Ponso Semola, einem Ortsteil von Ponte Nizza, Möglichkeiten für schöne Spaziergänge zur Kapelle der **Höhlen von San Ponso**.
5. In Ponte Nizza zeugt das antike Dorf mit seinen Steinhäusern in der Nähe des Ortsteils **Carmelo** von der alten ländlichen Zivilisation des Oltrepò Pavese.



Das 1979 eröffnete President Hotel bereichert seitdem das thermale Angebot von Salice. Das mehrfach sanierte Thermalbad steht Hotelgästen, aber auch sonst all denen zur Verfügung, die sich ein paar Stunden auf unterschiedliche Art einfach nur wohlfühlen möchten. All die, die noch nie in einem Thermalbad waren, könnten mit dem Starterpaket anfangen: "Ein Hauch an Entspannung" ohne Behandlungen wie Massagen und Masken, jedoch mit Zugang zur Sauna und zum türkischen Bad, zur schottischen Dusche, zum Thermalwasserpfad für die Gefäße mit Hydromassage, Fitnessstudio, Ruhebereich mit reinigenden Aufgüssen, aromatischen Kräutertees und sanfter Musik. Für all die, die es bereits kennen und noch Sport hinzupacken möchten, bietet das Thermalbad President vier

Wellness-Tagespakete an, das eines interessanter als das andere ist. Mit dem Spa-, Natur- und Erlebnispaket können Sie durch die Hügel des Oltrepò reiten und dann sanfte Momente der Entspannung genießen: mit Antistress-Gesichtsmasken und Massagen; mit dem Paket Spa & Natur auf dem Mountainbike können Sie im Wald fahren, Wasserwegen folgen, atemberaubende Landschaften genießen und sich sofort danach bei Postsport-Massagen, auf dem Thermalwasserpfad und bei einem Kräutertee im Ruhebereich entspannen. Wenn Sie Golf lieben, dann steht für Sie Spa- und 18-Loch-Entspannungspaket bereit: Wenn es hingegen schon immer Ihr Traum war, die Welt von oben zu sehen, können Sie das beim Gleitschirmfliegen mit dem Paket Thermalbad im siebtem Himmel!



Terme di Rivanazzano, à l'ombre du château

Des piscines, des Spas, un centre de fitness, une cafétéria et une résidence pour y séjourner quelques jours de plus

Autrefois, la vallée creusée par le torrent Stàffora constituait une section importante de l'ancienne Route du sel de la Lombardie, et sillonnait à travers les villages de la province de Pavie, y compris Rivanazzano. Aujourd'hui, cette route n'est plus empruntée par des mulets chargés d'« or blanc » (à savoir le sel), mais est devenue un sentier « battu » par les excursionnistes. À l'inverse, ceux qui préfèrent les promenades

Thermalbad von Rivanazzano im Schatten der Burg

Schwimmbecken, Spa, Fitnesscenter, Cafeteria und eine Residenz, um noch ein paar Tage zu bleiben

In der Vergangenheit stellte das vom Wildbach Stàffora gegrabene Tal einen wichtigen Abschnitt der alten lombardischen Salzstraße dar und berührte unter den anderen Dörfern der Pavia-Gegend auch Rivanazzano. Heute ist dieser Weg, der nicht mehr von mit "weißem Gold" beladenen Maultiertrucks durchzogen wird, eine Route für erfahrene Wanderer, während einfachere Spazierwege zum



Terme di Rivanazzano
 Corso Repubblica 2
 Rivanazzano Terme (PV)
 Tél. +39 0383 91250
 www.termedirivanazzano.it



moins fatigantes prendront sans hésitation la direction du Château de Nazzano, construit autour de l'an Mille sur une colline qui domine la vallée.

Si vous aimez marcher, différentes alternatives s'offriront à vous dans cette région, mais si vous voulez faire une pause et vous accorder une pure détente, alors vous devrez visiter les thermes. Les Thermes de Rivanazzano sont alimentés par les sources Pozzo Terme et Pozzo San Francesco,

et ont été inaugurés en 1913. Au fil du temps, ils ont été agrandis jusqu'à la rénovation la plus récente, en 2012. Aujourd'hui, ces thermes disposent d'un centre spécialisé de soins ambulatoires, et un Spa, une zone fitness, une cafétéria et un restaurant se sont ajouté aux services de soins traditionnels (boues, inhalations, bains, hydromassages). Vous pourrez vous immerger dans la piscine thermale, où les éclairages et les couleurs amplifient les effets bénéfiques et agréables de l'eau, vous faire masser par des cascades d'eau et des hydromassages, choisir entre le hammam et le sauna finlandais, vous rafraîchir en prenant une douche d'eau pulvérisée, vous tonifier en essayant l'hydro-parcours vasculaire, mais également vous entraîner dans la zone fitness, très bien équipée. Ensuite, vous aurez la possibilité de savourer un jus de saison centrifugé et une salade à base de produits DOP (« Appellation d'Origine Protégée ») et IGP (« Indication Géographique Protégée »), ou un yaourt ou une tisane. Et si n'avez plus envie de quitter les lieux? Pas de soucis, vous pouvez y rester autant que vous voulez. En effet, la structure abrite également une résidence pour les séjours de plus d'un mois, avec des studios et des deux-pièces. Ici, tout a été étudié dans les moindres détails pour vous garantir une expérience de détente intégrale.

Schloss von Nazzano führen, das um das Jahr 1000 auf einem Hügel über dem Tal errichtet wurde. Wenn Sie also gerne spazieren gehen, haben Sie mehrere Alternativen. Wenn Sie jedoch einen Moment innehalten und sich völlig entspannen möchten, dann sind Sie mit dem Spa an der richtigen Adresse. Mit Wasser von den Quellen Pozzo Terme und Pozzo San Francesco, die 1913 eingeweiht wurden, hat sich das Thermalbad von Rivanazzano vergrößert und bis zu seiner jüngsten Sanierung 2012 immer weiterentwickelt. Heute verfügt es über eine Fachpraxis und bietet neben traditionellen Behandlungen (Schlambäder, Inhalationen, Bäder, Unterwassermassagen) auch Zusatzleistungen wie einen Spa- und einen Fitnessbereich, eine Cafeteria und ein Restaurant an. Tauchen Sie in das Thermalbad ein, wo Licht und Farben die wohltuende Wirkung des Wassers verstärken, lassen Sie sich von Wasserfällen und in Whirlpools massieren, wählen Sie zwischen türkischem Bad und finnischer Sauna, erfrischen Sie sich unter einer Wassernebelmaschine, tonisieren Sie Ihre Blutgefäße und trainieren Sie im gut ausgestatteten Fitnessbereich. Genießen Sie dann mit gesundem Appetit einen Smoothie und einen Salat aus DOP- und IGP-Produkten oder einen Snack, einen Joghurt, einen Kräutertee. Und wenn Sie nicht mehr weg wollen? Keine Sorge, dann können Sie so lange bleiben, wie Sie wollen, denn es gibt auch eine Wohnanlage für monatelange Aufenthalte mit 1- und



2-Zimmer-Appartements, in denen jedes Detail, vom Schnitt der Räume bis zu den Farben der Möbel, genau einstudiert wurde, um Ihnen vollendete Entspannung zu bieten.

– 5 raisons pour choisir l'Oltrepò Pavese

1. Le symbole de Rivanazzano est la **Tour pentagonale** qui s'élève en plein centre de la Place Cornaggia, haute et élancée avec des façades inégales. Il s'agit d'une structure unique sur l'ensemble de la province de Pavie qui date du XIVème ou du XVème siècle.
2. À voir également, le **Palazzo Comunale** (Hôtel de ville) de style gothique, avec ses porches en arc d'ogive et sa tour-horloge, ainsi que la **Parrocchiale di San Germano** datant du XVIIème siècle.
3. Dans le quartier de Nazzano, le **Château**, autrefois propriété de la Famille Malaspina, s'élève au sommet d'une colline qui domine la vallée de la Staffora. La forteresse est visible de très loin.
4. À une dizaine de km de là, à Ponte Nizza, vous pourrez découvrir l'**Eremo di Sant'Alberto a Butrio**, un ermitage fondé en l'an 1030 avec son cloître silencieux, ses fresques du XVème siècle et sa vue donnant sur les collines.
5. Si vous voulez découvrir les spécialités locales, vous devrez suivre l'itinéraire de la **Strada del Vino e dei Sapori dell'Oltrepò**. www.viniesaporidilombardia.it.

– 5 Gründe sich für Oltrepò Pavese zu entscheiden

1. Das Wahrzeichen von Rivanazzano ist der **fünfeckige Turm** (Torre pentagonale) auf der Piazza Cornaggia. Groß und schlank, mit ungleichen Fassaden, ist er im gesamten Pavia-Gebiet einzigartig. Sie geht auf das 14. oder 15. Jh. zurück.
2. Im Dorf ist auch das **Rathaus** im gotischen Stil mit seinen spitzen Arkaden und dem Uhrenturm sehenswert, sowie die **Pfarrkirche San Germano** aus dem siebzehnten Jahrhundert.
3. Im Ortsteil Nazzano steht das Schloss, das einmal der Familie Malaspina gehörte, hoch oben über dem Tal der Staffora. Der Felsen ist aus großer Entfernung sichtbar.
4. Etwa zehn Kilometer entfernt befindet sich an der Nizza-Brücke die 1030 gegründete Einsiedelei von **Sant'Alberto in Butrio**, die unbedingt wegen dem stillen Kloster, den Fresken aus dem 15. Jh. und die Aussicht auf die Hügel zu besichtigen ist.
5. Um die lokalen Spezialitäten zu kosten, folgen Sie der Reiseroute der **Strada del Vino e dei Sapori dell'Oltrepò Pavese** (www.viniesaporidilombardia.it).



Terme di Miradolo, une caresse dans le parc

Des cascades d'eau, douches sensorielles et massages au chocolat parmi les collines que Petrarca adorait

Non pas une, mais quatre, avec leurs propriétés particulières. Les sources qui alimentent les Terme di Miradolo - Ca' de Rho, San Pietro, Vittoria et Saline Santa Maria - sont riches en iode, soufre, chlorure de sodium, calcium, brome et magnésium. Celle-ci forment une mosaïque d'eaux unique. Grâce à cette particularité, le centre s'occupe de la prévention et du traitement de diverses pathologies: voies respiratoires, oreilles, estomac, peau, foie, reins, système vasculaire et ostéo-articulaire. Enfin, quel que soit vos goûts, ces thermes sauront vous proposer un traitement adéquat. Mais pourquoi devriez-vous vous arrêter au strict nécessaire alors qu'il est possible d'en faire davantage?

Thermalbad von Miradolo, eine Streicheleinheit im Park

Wasserfälle, Erlebnisduschen und Schokoladenmassagen. Zwischen den Hügeln, die Petrarca liebte

Nicht eine, sondern vier - und jede mit ihren eigenen besonderen Eigenschaften. Die Quellen, die das Thermalbad von Miradolo - Ca' de Rho, San Pietro, Vittoria, Saline Santa Maria - speisen, sind reich an Jod, Schwefel, Natriumchlorid, Kalzium, Brom und Magnesium. Zusammen bilden sie eine einzigartige Wasservielfalt dank der in dieser Anlage Krankheiten verschiedener Art vorgebeugt und behandelt werden: Atemwegs-, Ohren, Magen, Haut-, Leber- und Nieren-, Gefäß- und



**Terme Idroterapiche
delle Saline di Miradolo**
Piazzale Terme 7
Miradolo Terme (PV)
Tél. +39 0382 77012
www.termedimiradolo.it



Pour aller vraiment bien, vous savez, il ne suffit pas d'« aller bien », mais parfois il faut s'accorder des moments de détente, des caresses qui vous permettront de repartir avec énergie et positivité. Ce n'est pas par hasard que, parmi les traitements du Centre de bien-être La Salina, l'un des parcours thermaux s'appelle la « Caresse au chocolat ». Le centre propose un massage au cacao de 20 minutes. Toutefois, l'offre est beaucoup plus vaste et propose différents parcours relaxants et détox permettant de tester tous les services à votre disposition: piscines à eau thermale, cabines d'hydromassage, hydro-parcours vasculaire à température variable, cascades d'eau tonifiantes, Thermes Romains équipés d'un tiepidarium-melmarium, hammam et douches sensorielles. À l'extérieur, vous trouverez une autre piscine et des terrains de beach volley, de basket-ball, de tennis, de pétanque et de futsal. En outre, vous serez entouré(e) par une mer de verdure,

à savoir le Parco della Collina di San Colombano, où les rangs de vigne dessinent un paysage aux couleurs vives et où la nature, l'histoire et l'**agriculturefont** partie intégrante d'un cadre magnifique. Francesco Petrarca adorait ces lieux. En 1353, invité par Galeazzo Visconti au Château de San Colombano, ce dernier découvrit et tomba amoureux du « si vasto prospetto di nobilissime terre » (« une vue tellement vaste de terres très nobles »), qui s'étendaient entre Pavie, Plaisance et Crémone, et qu'il pouvait admirer depuis le château, et qu'il est toujours possible de contempler aujourd'hui.

Gelenkknochenkrankungen. Was auch immer Ihre Ferse des Achilles ist, hier finden Sie die geeignete Behandlung dafür. Aber warum bei dem Notwendigen aufhören, wenn man mehr tun kann? Um sich wirklich gut zu fühlen, reicht es nicht aus „sich gut zu fühlen“, wir müssen uns auch ab und zu ein paar Streicheleinheiten gönnen, die uns mit Energie und Positivität aufladen. Es ist kein Zufall, dass eine der Behandlungen im Wellnesszentrum La Salina, einer der beliebtesten Thermalwege, als „Schokoladenstreichleinheit“ bezeichnet wird und eine 25 Minuten lange Kakaomassage vorsieht. Das Angebot ist jedoch viel breit gefächerter und umfasst mehrere

Entspannungs- und Entgiftungswege, auf denen Sie alle verfügbaren Dienste testen können - von Schwimmbecken mit Thermalwasser bis hin zu Whirlpool-Lounges, vom Blutgefäßweg bis hin zu Wasserbecken mit unterschiedlichen Temperaturen zu den belebenden Wasserfällen, von Römischen Bädern mit Tiepidariummelmarium über das Türkische Bad bis hin zu den Erlebnisduschen. Im Freien ein weiteres Schwimmbecken und Beachvolleyball-, Basketball-, Tennis-, Bowling-, und Fußballplätze. Im Grünen der Parkanlage des Hügels von San Colombano stellen die Weinrebenreihen gelungen mit leuchtenden Farben die Natur, Geschichte und Landwirtschaft dar. Einer der berühmtesten Bewunderer dieser Orte war Francesco Petrarca, der sich 1353, in „die weite Aussicht auf edle Ländereien“ zwischen Pavia, Piacenza und Cremona verliebte, als er bei Galeazzo Visconti im Schloss von San Colombano zu Gast war. Dieses intakte Bild bietet sich auch heute noch.

– 5 raisons pour choisir Miradolo

1. *Miradolo Terme est un petit village tranquille d'environ 3000 habitants, situé au pied des collines Banine. Celui-ci se trouve sur une zone collinaire boisée, d'où l'on peut bénéficier d'une vue splendide sur l'Oltrepò Pavese.*
2. *Le village se trouve dans le Parco della Collina di San Colombano, idéal non seulement pour des excursions à vélo et à VTT, mais également à pied, le long du Sentiero Natura, inauguré en 2014.*
3. *San Colombano al Lambro, une commune limitrophe, est un village splendide d'origine médiévale. Le Château, l'Église paroissiale et l'Oratoire de Saint-Roch font partie des bâtiments les plus beaux.*
4. *Pour découvrir les produits locaux, suivez l'itinéraire de la Strada del Vino San Colombano e dei Sapori Lodigiani, www.viniesaporidilombardia.it.*
5. *Il s'agit de l'occasion de découvrir la ville de Lodi. Celle-ci se trouve à moins de 20 km de là. Dans le centre historique, il faut visiter Piazza della Vittoria, le Broletto et le Tempio dell'Incoronata.*



– 5 Gründe sich für Miradolo zu entscheiden

1. *Miradolo Terme ist ein ruhiges Dorf mit etwa 3000 Einwohnern am Fuße der Banine-Hügel. Es steht auf einer bewaldeten Hügellandschaft, von der aus Sie einen herrlichen Blick auf den Oltrepò Pavese genießen können.*
2. *Das Dorf befindet sich auf dem Gebiet des Parco della Collina di San Colombano, dessen 2014 eröffnete Naturlehrpfad ideal für Radtouren, Mountainbiking, aber auch zu Fuß ist.*
3. *San Colombano al Lambro, eine reizende Nachbargemeinde aus dem Mittelalter. Unter den schönsten Gebäuden das Schloss, die Pfarrkirche und das Oratorium von San Rocco.*
4. *Um die lokalen Produkte zu probieren, folgen Sie bitte der Reiseroute der Strada del Vino San Colombano e dei Sapori Lodigiani (www.viniesaporidilombardia.it).*
5. *Wenn Sie das weniger als 20 km entfernte Lodi immer noch nicht kennen, ist der Broletto und der Tempio dell'Incoronata in der Altstadt auf der Piazza della Vittoria.*



Terme di S. Omobono, la nature avant tout

Une villa élégante de style Art Nouveau, où vous pourrez vous dorloter en profitant de son eau cristalline, de son air pur et de sa terre et de sa lumière

Imaginez une demeure élégante de style Art Nouveau, immergée dans la fraîcheur d'un parc de 130000 m², avec des arbres séculaires, des plates-bandes parfumées, et, non loin de là, une source d'eau précieuse. Cela pourrait être le début d'un conte de fées...et, d'une certaine façon, c'est vraiment de cela qu'il s'agit. Mais le plus beau dans tout ça, c'est que vous pourrez en être les protagonistes. À Sant'Omobono Terme, dans le cœur verdoyant de la Valle

Thermalbad von S. Omobono, im Zeichen der Natur

Eine elegante Villa im Jugendstil, in der Sie sich um sich Zeit für sich selbst nehmen können. Mit Wasser, Luft, Erde und Licht

Stellen Sie sich eine elegante Jugendstilresidenz in einem 130.000 Quadratmeter großen kühlen Park mit jahrhundertealten Bäumen, duftenden Blumenbeeten und einer nicht weit entfernten Wasserquelle vor. Es könnte der Beginn eines Märchens sein... und in gewisser Weise ist es



Terme di Sant'Omobono
 Beauty Farm Villa delle Ortensie
 Viale alle Fonti 117
 Sant'Omobono Terme (BG)
 Tél. +39 035 85 11 14
 www.villaortensie.com



Imagna, la Villa delle Ortensie est un centre où la nature et la science se rencontrent. Celle-ci se trouve à juste 25 km de Bergame, mais on se croirait dans un lieu suspendu dans le temps, où le seul impératif est de prendre soin de soi.

Le « Medical Spa » vous propose diverses techniques kinésithérapiques et également des thérapies naturelles et des traitements dans les eaux thermales. Dans le Centre de bien-être, chaque traitement est axé sur la notion d'équilibre thermique de Manuel Lezaeta Acharán, pionnier de la médecine naturelle.

En effet, selon ses enseignements, ce centre utilise exclusivement des éléments naturels pour la régénération: l'air purifie, l'eau sollicite l'énergie vitale, la terre refroidit les inflammations et la lumière vivifie le système nerveux et facilite la synthèse de certaines vitamines. Il s'agit donc de l'endroit idéal pour se faire du bien et « se retrouver », loin du rythme frénétique de la vie quotidienne. Vous pourrez suivre le parcours bien-être dans le Spa-Thermarium, vous immerger dans le bio-lac où l'eau a subi un traitement à base de magnésium et de potassium, profiter du centre de fitness avec salle de sport, sauna, piscine et solarium, et même tester les plats rigoureusement biologiques.

En effet, le restaurant du centre propose une sélection de plats à base d'ingrédients provenant des cultures biologiques et biodynamiques. Au cours de votre séjour, vous pourrez également participer à l'une de nombreuses excursions proposées par ce merveilleux coin de paradis: des promenades tranquilles, des randonnées plus sportives et des itinéraires spéléologiques à la découverte des nombreuses grottes présentes dans cette zone.



– 5 raisons pour choisir Sant'Omobono

1. Dans le village de **Sant'Omobono**, l'ancien complexe de **Cà Taiocchi** est toujours intact, exemple remarquable de l'architecture rurale médiévale.
2. Juste au-dessus du village, vous trouverez le sanctuaire de la **Madonna della Cornabusa**, construit dans une grotte naturelle au XVI^{ème} siècle.
3. Pour une promenade à pied ou à vélo, le **Parcours Vitae** commence au Centre sportif « Elia Frosio » et se poursuit le long du torrent Imagna.
4. Sur l'ensemble de la vallée, des phénomènes karstiques ont creusé de splendides grottes (on en compte 250 en tout), dont l'une des plus suggestives est la **Tomba dei Polacchi**, déjà habitée à l'âge du Bronze.
5. Pour les plus aventureux, ce lieu offre également la **Grotta Val d'Adda**, invariablement modelée par le torrent qui la traverse.

– 5 Gründe sich für Sant'Omobono zu entscheiden

1. Im Dorf von **Sant'Omobono** der alte Gebäudekomplex **Cà Taiocchi**, ein bemerkenswertes Beispiel ländlicher Architektur aus dem Mittelalter.
2. Etwas oberhalb des Dorfes befindet sich der Wallfahrtsort der **Madonna der Cornabusa** in einer natürlichen Grotte, der im 16. Jahrhundert erbaut wurde.
3. Für einen Spaziergang oder eine Radtour vom Sportzentrum "Elia Frosio" ausgehend auf der **Vitae-Route** entlang des Wildbaches Imagna.
4. Im gesamten Tal haben Karstphänomene 250 wunderschöne Höhlen ins Leben gerufen. Eine der suggestivsten ist das **Grab der Polen**, das in der Bronzezeit bewohnt war.
5. Für die Abenteuerlustigeren unter Ihnen gibt es auch die **Grotta Val d'Adda**, die ewig durch den Wildbach geformt wurde, der durch sie hindurch verläuft.



das auch. Das Schöne daran ist, dass Sie Protagonisten sein können. In Sant'Omobono Terme im grünen Herzen des Imagna-Tals ist die „Villa delle Ortensie“ ein Zentrum, in dem Natur und Wissenschaft sich vereinen. Wir sind nur 25 km von Bergamo entfernt, aber es scheint sich an einem zeitlosen Ort zu befinden, wo man sich nur um sich selbst kümmert.

Im Heilbad werden Naturheilverfahren und Thermalwasserbehandlungen mit Physiotherapietechniken kombiniert, im Wellness-Center basiert jede Behandlung auf dem Konzept von Lezaeta des thermischen Gleichgewichts. Nach der Lehre von Manuel Lezaeta Acharán, einem Pionier der Naturmedizin, werden hier nur natürliche Elemente zur Regeneration verwendet: Reinigende Luft, Lebensenergie stimulierendes Wasser, Entzündungen kühlende Erde, Nervensystem belebendes Licht, das auch die Synthese einiger Vitamine unterstützt. Um sich wohl zu fühlen und abseits der Rhythmen des hektischen Alltags zu sich zu finden, ist „Villa delle Ortensie“ die richtige Adresse. Folgen Sie dem Wellnesspfad im Spa-Thermarium, tauchen Sie in den Biosee im Park ein, wo das Wasser mit Magnesium und Kalium behandelt ist. Bleiben Sie so lange wie Sie wollen im Fitnesscenter - mit Fitnessstudio, Sauna, Schwimmbaden und Solarium, wo Sie auch die Vorteile einer biologischen Diät ausprobieren können. Das Restaurant im Zentrum bietet eine Auswahl an Gerichten mit biologischen und biodynamischen Zutaten. Bei Ihrem Aufenthalt können Sie unter vielen Ausflügen auswählen: ruhige Spaziergänge, schwierigere Wanderwege und auf Entdeckungsreise der Höhlen, an denen diese Gegend reich ist.



Terme San Pellegrino, un air de paradis

*Des bassins panoramiques,
des cascades et des saunas bio, le tout dans une
atmosphère élégante style Art Nouveau*

Candides, élégants et romantiques: il s'agit de la meilleure manière de décrire les Terme di San Pellegrino. Il suffit de mentionner leur nom pour évoquer les atmosphères dorées de l'Art Nouveau. Vous y êtes-vous récemment rendu(e)? Au cours de ces dernières années, ces thermes ont fait l'objet d'un important réaménagement et, en décembre 2014, le jour de leur réouverture, ont charmé le public. Autrefois, les établissements de style Art Nouveau possédaient leur propre charme, mais aujourd'hui, ils sont devenus bien plus fascinants encore. Tout autour, on trouve toujours les zones de verdure de la Val Brembana, et également les Préalpes bergamasques, qui couronnent le paysage. Toutefois, la structure thermale qui vous accueille n'est plus la même. Elle s'est transformée en un lieu magique, plus que jamais scénographique, où le passé et le présent sont en harmonie. Des fresques, des colonnades et des plafonds du début du XXème siècle se fondent avec des

Thermalbad San Pellegrino - Paradiesluft

*Panoramabecken, Wasserfälle und Biosaunen, in eleganter
Atmosphäre der Belle Époque*

Rein, elegant, romantisch. Bei den Thermalbädern von San Pellegrino genügt der Name, um goldene Atmosphären der Belle Époque zu erzeugen. Waren Sie in jüngster Zeit dort? In den letzten Jahren wurden sie saniert und als sie im Dezember 2014 wiedereröffnet wurden, haben sie die Öffentlichkeit verzaubert. Wenn die Jugendstilanlagen der Vergangenheit damals ihren Charme hatten, so sind sie heute viel mehr. Das Grün des nahe gelegenen Val Brembana und die Bergamo-Ausläufer sind gleich



QC Terme San Pellegrino
Viale della Vittoria 53
San Pellegrino Terme (BG)
Tél. +39 0345 20102
www.qcterme.com/it/san-pellegrino/
qc-terme-san-pellegrino



– 5 raisons pour choisir San Pellegrino

1. Les bâtiments les plus beaux de San Pellegrino remontent à l'époque où le tourisme thermal fut développé. Le **Grand Hotel** et le **Casinò Municipal** sont à eux deux un véritable triomphe de l'Art Nouveau.
2. Les deux villages médiévaux de **Cornello dei Tasso** et de **Oneta** se trouvent également aux alentours. Tous deux ont accueillis des citoyens illustres: le premier, dans le **Musée des Tasso** et de l'**histoire postale** et le deuxième dans la **Maison-musée d'Arlequin**.
3. Le **Museo Brembano di Scienze Naturali**, qui se trouve dans le cadre merveilleux de la Villa Speranza, l'endroit parfait pour s'informer sur la flore, la faune et les vestiges préhistoriques présents dans la vallée.
4. La **piste cyclo-piétonne Zogno-Piazza Brembana** passe par San Pellegrino, le long d'un parcours de 21 km, qui suit le trajet de l'historique chemin de fer de la Valle Brembana, aujourd'hui désaffecté.
5. Ceux qui aiment les excursions pourront opter pour une promenade parmi les montagnes, au sommet du **Pizzo Cerro**, du **Mont Sornadello**, du **Mont Gioco** ou bien du **Mont Zucco**, le long de sentiers situés à des altitudes pouvant varier entre 1.000 et 1.600 m.



installations au design contemporain et des équipements ultramodernes. Aujourd'hui, à San Pellegrino, le parcours bien-être se partage les installations qui sont réparties sur les deux bâtiments, et compte plus de 30 spécialités thermales, parmi lesquelles des bassins panoramiques, bassins sensoriels, cascades, un parcours Kneipp, des douches Vichy, des bains de vapeur et un jardin-solarium. La structure propose des piscines d'intérieur et d'extérieur, des saunas, des saunas bios, des hammams, des salles d'inhalation d'eau saline et des salles glacées de refroidissement ainsi qu'une vaste zone réservée aux massages. À l'intérieur, les espaces s'étendent sur une surface de 6.000 m², alors que les zones à l'extérieur, immergées dans le Parco della Fonte di San Pellegrino, occupent une autre étendue de 3.200 m². Par ailleurs, étant donné que pour bien

se porter il faut également bien manger, la structure propose le Wellness lunch du lundi au vendredi, tandis que pendant le weekend, il est possible de choisir entre un petit déjeuner et un brunch très abondants, mais légers. Une exception à la règle? Chaque soir, les clients des thermes sont invités à l'**Aperiterme**, un délicieux apéritif à savourer en peignoir, assis au bord de la piscine. Aujourd'hui, San Pellegrino est un véritable paradis terrestre au sein duquel vous pourrez profiter d'une, de deux ou de plusieurs journées de pure détente. En outre, il ne faut pas oublier la zone thermale, toujours plus spécialisée, consacrée aux soins à base d'eaux minérales, le traitement-phare du centre, et à une vaste gamme de soins qui vont des inhalations et insufflations à la balnéothérapie, et des bains de boue aux hydromassages jusqu'à la kinésithérapie en bassin.



– 5 Gründe sich für San Pellegrino zu entscheiden

1. Die schönsten Gebäude in San Pellegrino stammen aus der Zeit, als sich der Kurtourismus entwickelte. Die **Grand Hotels** und **Städtischen Spielkasinos** sind ein echter Triumph des Jugendstils.
2. In der Nähe befinden sich die beiden mittelalterlichen Dörfer von **Cornello dei Tasso** und Oneta. Beide haben berühmte Bürger zu zelebrieren. Der erste im **Museum der Familie Tasso** und der Postgeschichte, der zweite im **Harlekin-Hausmuseum**.
3. Das **Naturkundemuseum Brembano** in der wunderschönen Villa Speranza ist der richtige Ort, um mehr über die Flora, Fauna und Urgeschichte des Tales zu erfahren.
4. Von San Pellegrino aus verläuft der Rad-/Fußgängerweg **Zogno-Piazza Brembana** auf 21 km lang auf den Spuren der historischen Val Brembana Eisenbahn, die heute stillgelegt ist.
5. Ausflugsfreunde können sich für einen Bergwanderung zur **Spitze Cerro**, zum **Monte Sornadello**, **Monte Gioco**, **Monte Zucco** oder **Monte Zucco** auf Wegen auf 1.000 bis 1.600 Metern Höhe entscheiden.

geblieben, aber die Kuranlage, die auf Sie wartet, lange nicht mehr, denn sie hat sich in ein magisches Ambiente verwandelt, in der Vergangenheit und Gegenwart miteinander neu harmonieren. Fresken, Säulengänge und Decken aus der Zeit zu Beginn des 20. Jh. verschmelzen mit Installationen zeitgenössischen Designs und mit futuristischer Technologie. Heute verläuft in San Pellegrino der Wellnessweg zwischen zwei Gebäuden und verfügt mit Panorama- und Sensorikbecken, Wasserfällen, Kneippweg, Vichy-Duschen, Dampfbädern und Gartensolarium über 30 Kurmöglichkeiten. Es gibt Schwimmbekken drinnen und draußen, Saunen, Biosaunen, türkische Bäder, Salz- und Eisräume und einen Massagebereich. Die Innenräume erstrecken sich auf 6.000 Quadratmetern; dazu kommen 3.200 für Außenanlagen im Springbrunnenpark von San

Pellegrino. Da man gut essen muss, um sich wohl zu fühlen, gibt es von Montag bis Freitag den Wellness lunch, während Sie am Wochenende zwischen einem reichhaltigen, leichten Frühstück und einem ebenso reichhaltigen, leichten Brunch wählen können. Mal eine Ausnahme machen? Jeden Abend sind die Gäste zum Aperiterme, einem köstlichen Happy Hour im Bademantel am Pool, eingeladen. Heutzutage ist San Pellegrino ein echtes Paradies, in dem man einen, zwei oder mehr Tage lang voll entspannen kann. Ganz zu schweigen vom zunehmend spezialisierten Spa-Bereich für hydroponische Behandlungen, dem ganzen Stolz des Zentrums und einer breit gefächerten Palette an Behandlungen, die von Inhalationen und Insufflationen zur Badekur, von Schlammbehandlung bis zu Unterwassermassagen und Physiotherapie in der Wanne reichen.



Terme di Trescore, le bon côté de la santé

Une vallée silencieuse aux eaux sulfureuses précieuses qui soignent le corps et qui lui redonnent sa splendeur

Contrairement aux Terme di Trescore Balneario, toutes les stations thermales ne peuvent pas se vanter de posséder une histoire millénaire. Ces thermes se trouvent à l'entrée de la Val Cavallina, au cœur d'un paradis naturel situé à seulement 15 km de Bergame, et sont alimentés par trois sources d'eau sulfureuse, que même les anciens Romains et Gallois appréciaient et utilisaient pour leur bien-être. Cependant, à la fin du XVème siècle, les thermes eurent la chance de

Thermalbäder von Trescore, das Schöne der Gesundheit

Ein stilles Tal und sein kostbares schwefelhaltiges Wasser, die den Körper heilen und ihm seine Pracht zurückgeben

Nicht jedes Thermalbad hat eine tausendjährige Geschichte zu erzählen wie die Thermalbäder von Trescore Balneario. Sie befinden sich nur 15 Kilometer von Bergamo entfernt am Eingang des Val Cavallina in einem Naturparadies und werden von drei Quellen schwefelhaltigen Wassers versorgt, das schon die alten Römer und später auch die Gallier schätzten und nutzten, um gesund zu bleiben. Ihr Glück war es jedoch, gegen Ende des 15. Jahrhunderts ein reichen und einflussreichen Sponsor zu haben - Bartolomeo Colleoni, ein tapferer und gefürchteter Anführer, der sich in sie verliebte, sie sanieren und



Terme di Trescore
Via Gramsci
Trescore Balneario (BG)
Tél. +39 035 4255511
www.termeditrescore.it



tomber sur un promoteur riche et influent, à savoir Bartolomeo Colleoni, un condottiere valeureux et craint de tous, qui en tomba amoureux. Ce dernier les fit restaurer et les dota d'un premier établissement, connu sous le nom de « Cà dei Bagni ». Aujourd'hui, à côté de ce qu'il reste de cette structure historique, on trouve un centre de traitement moderne bien équipé, immergé en pleine verdure dans un lieu paisible, spécialisé dans les soins de santé et de beauté. Les eaux de Trescore, riches en hydrogène sulfuré et en chlorures de calcium et de magnésium, sont

– 5 raisons pour choisir Trescore

1. Les thermes se trouvent dans une zone de collines très paisible, à proximité des **lacs d'Endine et d'Iseo**, où il est possible de contempler des **châteaux médiévaux** splendides, comme celui de Bianzano et celui de Monasterolo.
2. Trescore renferme un bijou très précieux: la **Chapelle Suardi**, construite au XIII^{ème} siècle à l'intérieur de la villa des comtes Suardi, et dont les fresques ont été peintes par **Lorenzo Lotto** en l'an 1524.
3. Également à visiter, le centre historique de Trescore. La **Tour Suardi** est l'une des œuvres architecturales les plus intéressantes. Celle-ci date du XIII^{ème} siècle et se trouve sur la place Cavour.
4. À Casazza, le **Musée « Cavellas »** est une zone archéologique de 1 000 m² qui abrite un village d'époque romaine que l'on peut traverser en suivant un parcours très soigné.
5. À Carobbio, les « **Acetaie** » (les fabriques de vinaigre) Testaproposent un vinaigre balsamique de très haute qualité, le **Balsamo degli Angeli** qui fait la fertilité des habitants de la vallée.

indiquées pour traiter les maladies de l'oreille et des voies respiratoires, les pathologies dermatologiques, rhumatologiques et ostéo-articulaires, mais celles-ci sont également utilisées dans des traitements esthétiques particulièrement efficaces. La structure est dotée de différents centres spécialisés, parmi lesquels un centre de phlébologie, de rééducation motrice, de dermatologie et de médecine esthétique thermale, où l'on traite les principales imperfections de la peau du visage et des jambes de manière « douce », en faisant appel à des techniques non invasives. Par ailleurs, en plus de l'eau, les Terme di Trescore disposent également d'un autre atout: une boue naturelle extraordinaire directement prélevée sur le site d'une carrière située juste au-dessus des nappes d'eau sulfureuse, riche en minéraux et oligo-éléments qui réconfortent la peau et calment les douleurs articulaires. En particulier, pour ce qui est du traitement des jambes, ces thermes offrent des hydro-parcours vasculaires, des parcours dans l'eau entourés de puissants jets d'hydromassage utilisés pour réactiver la circulation et raffermir et tonifier la musculature. Enfin, vous pourrez également vous procurer les crèmes de la ligne cosmétique de la marque Terme di Trescore, développées à base d'eau thermale, d'oligo-éléments, d'extraits d'herbes et de plantes médicinales sélectionnées.

eine erste Anlage für sie errichten ließ, die als Cà dei Bagni bekannt ist. Heute erhebt sich neben dem, was von dieser historischen Anlage übrig geblieben ist, ein modernes und gut ausgestattetes Behandlungszentrum in einer friedlichen Atmosphäre im Grünen, wo Gesundheit und Schönheit sich die Hand reichen. Das an Schwefelwasserstoff, Kalziumchloriden und Magnesium reichhaltige Wasser von Trescore zur Behandlung von Ohren-, Atemwegs-, Haut-, Rheuma- und Gelenkknochenkrankungen kommt jedoch auch bei äußerst wirksamen Schönheitsbehandlungen zum Einsatz. Die Anlage verfügt über mehrere Fachzentren im Bereich Phlebologie, motorische Rehabilitation, Dermatologie sowie ästhetische Thermalkur, in denen man mithilfe von nicht-invasiven Techniken den Unvollkommenheiten der Haut an Gesicht und Beinen „sanft“ entgegenwirkt. Neben dem Wasser hat das Trescore Thermalbad auch ein weiteres Ass im Ärmel - außergewöhnlichen Naturschlamm. Er stammt direkt aus dem Steinbruch am schwefelhaltigen Grundwasser und ist sehr Spurenelement- und Mineralhaltig, was gut für die Haut ist und Gelenkschmerzen lindert. Die Blutgefäßwege sind insbesondere den Beinen gewidmet - Wasserkorridore, die mit leistungsstarken Hydromassagestrahlen die Durchblutung anregen und die Muskulatur festigen und tonisieren. Schließlich

noch Cremes der Kosmetiklinie Thermalbad von Trescore für zu Hause, die auf Thermalwasser, Spurenelementen, Kräuterextrakten und Heilpflanzen basiert.

– 5 Gründe sich für Trescore zu entscheiden

1. Die Thermalbäder befinden sich in einer ruhigen Hügelgegend in der Nähe der **Seen von Endine und Iseo**, wo herrliche **mittelalterliche Burgen** wie die von Bianzano und Monasterolo stehen.
2. Trescore birgt ein kostbares Schmuckstück: Die **Suardi Kapelle**, die im 13. Jahrhundert in der Villa der **Grafen Suardi** erbaut und 1524 vollständig mit Fresken von **Lorenzo Lotto** versehen wurde.
3. Auch die Altstadt von Trescore ist einen Besuch wert. Eine der interessantesten Architekturen der **Suardi Turm** auf der Piazza Cavour aus dem 13. Jahrhundert.
4. In Casazza ist das Höhlenmuseum „**Cavellas**“ ein archäologischer Bereich auf 1.000 Quadratmetern mit einem Dorf aus der Römerzeit, das auf einem gut gepflegten Weg durchquert werden kann.
5. Carobbio bieten die Acetaie Testa den beliebten Balsamico-Qualitätssessig, es heißt **Balsamo degli Angeli**.



Bormio Terme, un plongeon entre les sommets

Des cours de natation, plusieurs types de massages et un toboggan de 60 m de long pour les sportifs de tout âge

Êtes-vous des sportifs à la recherche de moments de détente?

Ou bien des jeunes en quête de nouveauté? Ou encore une famille désireuse de prendre des vacances? Si vous vous trouvez dans les montagnes de l'Alta Valtellina, si vous aimez skier, marcher, faire du VTT, mais que vous ne pouvez absolument pas vous passer de l'eau, alors vous devez sans hésiter vous rendre à Bormio Terme. L'établissement, qui se trouve dans le village à quelques pas du centre historique, est un lieu symbolique et facilement accessible. Alimenté par l'eau chaude provenant des sources hautement bénéfiques de Cinglaccia, celui-ci poursuit la tradition des Thermes historiques de Bormio, mais en l'interprétant de façon moderne grâce à sa structure dotée de splendides bassins intérieurs et extérieurs, et ses services offerts, qui sont

Bormio Thermalbad - ein Bad inmitten von Gipfeln

Schwimmkurse, zahlreiche Massagen und eine 60 Meter lange Rutsche. Für Sportler jeden Alters

Sportler auf der Suche nach Entspannung? Wer ist für etwas Neues zu haben? Familie im Urlaub? Wenn Sie sich in den Bergen des Alta Veltlin befinden, wenn Sie gerne skifahren, wandern, Mountain fahren, jedoch nicht ohne Wasser auskommen, dann müssen Sie unbedingt ein Bad in Bormio Terme einplanen. Die Anlage, die sich im Dorf befindet, ist nur wenige Schritte von der Altstadt entfernt und ein symbolischer Ort, der sehr gut erreichbar ist. Sie wird vom warmen und wohltuenden Wasser der Quell Cinglaccia versorgt und vereint in sich das Erbe der historischen Thermes und interpretiert sie auf moderne Weise neu, sowohl in Bezug auf ihren Bau mit schönen Badewannen drinnen und draußen, als auch auf die angebotenen Dienste für jede Altersklasse. Ihre

Bormio Terme
Via Stelvio 14
Bormio (SO)
Tél. +39 0342 901325
www.bormioterme.it



adaptés pour tous les âges. Sa particularité consiste à unir les cures thermales classiques (boues, inhalations, kinésithérapie et rééducation) à une zone de sport et de bien-être extrêmement bien équipée. Dans la piscine de 25 m et dans le bassin pour les enfants, il est possible de suivre des cours de natation de toutes sortes: pour les femmes enceintes, pour les bébés, pour les futurs champions et également pour les adultes souhaitant se perfectionner.

En outre, la structure propose non seulement des cours d'aquafitness et d'aquabike, mais également de la gym « low-impact » dans l'eau. Dans le thermarium, vous trouverez un sauna bio et un sauna panoramique, un hammam, une piscine thermale et des douches sensorielles. Dans le Spa, vous pourrez choisir entre des traitements esthétiques visage et corps ou simplement relaxants, et des massages thérapeutiques ou anti-stress. Comment résister à une telle offre? Dans une ambiance familiale où l'atmosphère,



malgré des règles strictes, est informelle, les adultes et les enfants auront sûrement envie d'essayer le toboggan aquatique de 60 m et s'accorder une pause au « Bar Terrazza ». À l'inverse, ceux qui auront besoin de récupérer les énergies dépensées et se faire dorloter n'auront qu'à choisir entre un massage oriental « Tuina », qui remet en équilibre les énergies Yin et Yang, ou un massage incontournable aux pierres volcaniques basaltiques chaudes ou froides, ou encore un massage sensoriel parfumé, doux comme une caresse. Enfin, si vous voulez vous faire « embrasser » par l'eau, la défer ou la laisser vous soigner, Bormio Terme est l'endroit idéal pour vous.

Besonderheit besteht darin, die klassischen Badeskuren (Schlambäder, Inhalationen, Physiotherapie, Rehabilitation) mit einem gut ausgerüsteten Sport- und Wellnessbereich in sich zu vereinen. In dem 25 Meter langen Schwimmbecken und in dem Kinderbecken können Sie Schwimmkurse aller Art besuchen: für werdende Mütter, Babys, zukünftige Meisterschwimmer oder Erwachsene, die besser werden wollen. Auch Aquafitness, Hydrobike sowie sanfteres Antagym sind hier möglich. Im Thermarium fehlt es weder an einer Bio- oder Panoramasauna, noch an einem türkischen Bad oder an Schwimmbecken und Erlebnisduschen. Im Spa können Sie zwischen ästhetischen Gesichts-

und Körperbehandlungen oder einfach nur entspannenden, therapeutischen oder Anti-Stress-Massagen wählen. Wie kann man einem solchen breit gefächerten Angebot widerstehen? In einem familiären Ambiente, wo das Klima trotz der strengen Regeln informell bleibt; Große und Kleine werden sicher die 60 Meter lange Wasserrutsche ausprobieren und sich dann eine Pause auf der Terrassenbar gönnen wollen, während all die, die Energie tanken und sich ein wenig verwöhnen lassen möchten, sich einfach nur zwischen einer orientalische Tuina-Massage zur Wiederherstellung des Gleichgewichts zwischen Yin und Yang, einer Urgesteinsmassage mit heißen und kalten Basalt-Lavasteinen, oder einer duftenden Sinnesmassage entscheiden müssen. Also egal, ob Sie lieber vom Wasser eingehüllt werden, es herausfordern wollen oder sich seinen heilenden Kräften überlassen möchten, das Thermalbad Bormio ist immer der richtige Ort für Sie.

– 5 raisons pour choisir Bormio

1. Bormio, situé à 1.225 m au-dessus du niveau de la mer, est immergé dans un vaste domaine verdoyant, dominé par la grandeur du **Mont Reit**. La source Cinglaccia jaillit à proximité du **fleuve Adda**.
2. Le village possède un joli centre historique. Le **Musée Civique** raconte son histoire, son art et ses traditions. À visiter également, le Musée Minéralogique et, en été, le Jardin Botanique Alpin « Alta Rezia ».
3. En hiver, le **domaine skiable** de Bormio vous propose des pistes qui descendent depuis plus de 3 000 m d'altitude et qui rejoignent le village. Parmi toutes les pistes, la **piste mondiale « Stelvio »** est l'attraction-phare.
4. A proximité des domaines skiabiles de **S. Caterina Valfurva** et de **Livigno** permet de pratiquer un véritable ski-safari. En outre, ceux qui préfèrent pratiquer le **ski de fond** pourront parcourir des « boucles » particulièrement panoramiques. Le domaine de ski Cima Piazzini Happy Mountain conduit les skieurs jusqu'à Valdidentro et Valdisotto.
5. Du printemps à l'automne, le **Parc National du Stelvio** propose des itinéraires de **randonnées** et des parcours pour **VTT**, tandis qu'en hiver, celui-ci propose des itinéraires à parcourir en raquette. À l'inverse, les amateurs de **deux-roues** peuvent partir à l'ascension des trois « sommets sacrés » du cyclisme mondial: le **Stelvio**, le **Gavia** et le **Mortirolo**.



– 5 Gründe sich für Bormio zu entscheiden

1. Das auf 1.225 Metern über dem Meeresspiegel gelegene Bormio erstreckt sich in einem großflächigen grünen Kessel, der vom **Monte Reit** überragt wird. Die Quelle **Cinglaccia** sprudelt aus dem Fels in der Nähe des **Flusses Adda**.
2. Das Dorf hat eine schöne Altstadt. Das **Stadtmuseum erzählt** von der Geschichte, der Kunst und den Traditionen. Das Mineralmuseum ist ebenfalls einen Besuch wert und im Sommer der Botanische Alpengarten "Alta Rezia".
3. Im Winter bietet das **Skigebiet** von Bormio Pisten, die von über 3.000 m bis ins Dorf herabführen. Das Vorzeigexemplar von allen ist die weltberühmte **Skipiste „Stelvio“**.
4. Die Nähe der Bezirke **S. Caterina Valfurva** und **Livigno** machen eine wahre Skisafari möglich, und wer **Langlaufski** läuft, kann durch besonders panoramische Ringe durchlaufen. Das Skigebiet Cima Piazzini Happy Mountain führt die **Skifahrer** zu den Tälern Valdidentro und Valdisotto.
5. Von Frühjahr bis Herbst bietet der **Stelvio-Nationalpark** Wander- und **Mountainbike-Wege** sowie Schneeschuhpisten. **Radfahrer** erreichen nach wenigen Kilometern die drei „heiligen Gipfel“ des weltweiten Radsports: **Stelvio, Gavia, Mortirolo**.



Bagni Vecchi ou Nuovi? Telle est la question!

Lorsque l'on se trouve à Bormio et qu'il est question de piscines panoramiques, il n'est guère facile de choisir

Un bain à haute altitude, en plein air, sous les étoiles ou à la lumière du soleil. À Bormio, il est possible de se baigner à l'année longue, même lorsque la neige vient tout juste de tomber, et pourquoi pas après une journée de ski. Comment tout cela est-il possible?

Les neuf sources qui jaillissent le long des pentes du mont Reit sont naturellement chaudes, entre 37 et 40 degrés Celsius, et les habitants de Bormio, depuis la nuit des

Alte oder neue Bäder? Das ist hier die Frage!

Wenn Sie in Bormio Schwimmbecken mit Panorama suchen, haben Sie die Qual der Wahl

*Ein hoch oben gelegenes Freibad unter Sternenhimmel oder im Sonnenlicht. In Bormio ist es zu jeder Jahreszeit möglich, selbst wenn es gerade geschneit hat, vielleicht nach einem Skitag. Wie? Die neun Quellen an den Hängen des Reitbergs sind auf natürliche Weise zwischen 37 und 40 Grad warm, und die Einwohner von Bormio gleich welchen haben gewusst, wie man sie am besten nutzt. Die **Alten Bäder** voller Geschichte treffen auf der Hauptstraße in Richtung Stelvio aufeinander. Der*



QC Terme Bagni di Bormio
Tél. +39 0342 910131
www.qcterme.com/it/bormio

Bagni Nuovi
Via Bagni Nuovi 7
Valdidentro (SO)

Bagni Vecchi
Località Bagni Vecchi
Valdidentro (SO)



temps, ont toujours su les utiliser à leur avantage. Les **Bagni Vecchi** (Anciens Bains), chargés d'histoire, se trouvent le long de la route nationale, en direction du Stelvio. L'historien goth Cassiodore faisait l'éloge de leurs vertus thérapeutiques, et Léonard de Vinci les mentionna dans le *Codice Atlantico*. Aujourd'hui, le parcours de ces thermes témoigne de leur passé glorieux et évoque les noms des invités d'honneur. Ici vous trouverez: les Bains Romains, dont l'eau est riche en boues sulfureuses, les Bains Médiévaux avec le sauna bio dédié à la reine Théodelinde, les Bains de l'Archiduchesse avec leur « cuve » panoramique, les Bains Impériaux avec le bassin Garibaldi, mais surtout l'historique bassin en plein air, entièrement creusé dans la roche. Depuis juillet 2017, celui-ci a été transformé en Infinity pool, à savoir une incroyable étendue d'eau qui se projette vers l'infini. À l'inverse, le long de la route nationale qui mène à Livigno, on trouve les **Bagni Nuovi** (Nouveaux Bains), qui sont bien sûr plus « récents » que les « anciens » parce qu'ils remontent à la première moitié du XIXème siècle, mais conservent quand même leur atmosphère romantique rétro. La principale différence par rapport aux Bagni Vecchi concerne l'extension des services extérieurs: ici, les Jardins de Vénus abritent un parcours revigorant de 7 bassins thermaux. Lorsque les autres zones, la Grotte de Neptune propose un parcours détoxifiant, les Bains de Jupiter un parcours revitalisant et les Bains d'Hercules promettent la plus pure et la plus complète des détente, grâce à ses saunas et à son hammam. Aujourd'hui, les deux Bassins de Saturne, où on y lavait autrefois les moutons avant de les tondre, proposant de la musicothérapie sous-marine est la température de l'eau y est variable. Les deux centres proposent de splendides hôtels immergés en pleine nature: l'Hôtel Bagni Vecchi et le Grand Hôtel Bagni Nuovi.

– 5 raisons pour choisir Bormio et la Valtellina

1. L'itinéraire du petit train **Trenino del Bernina**, inscrit au Patrimoine de l'UNESCO, offre des panoramas merveilleux. Celui-ci part de Tirano et se rend jusqu'à Saint-Moritz, le long d'un parcours qui dure 2 heures et demie et qui traverse le Col de la Bernina (2328 m).
2. Le long de la route qui, depuis Bormio, se rend jusqu'à Livigno, si vous deviez du chemin à la hauteur de Premadio, vous rejoindrez les **lacs de Cancano**, un endroit idéal pour des promenades à pied et en VTT.
3. La **Via dei Terrazzamenti** (Route des Terrasses) est un parcours cyclo-piétonnier de 70 km qui relie Morbegno à Tirano. Il s'agit de la manière idéale de découvrir comment les vignes ont sculpté le territoire et à quel point les vins de la Valtellina sont spéciaux.
4. L'**Écomusée de la Valle del Bitto** se trouve dans le Parco delle Orobie Valtellinesi. Le long du sentier de 3 km 1/2, vous marcherez sur les traces de l'ancienne civilisation paysanne et pastorale.
5. Pour les mordus du ski (mais pas seulement), il est possible de faire du **ski d'été** sur le **glacier du Stelvio**.

– 5 Gründe sich für Bormio und das Veltlin zu entscheiden

1. Die **Reiseroute des Weltkulturerbes Bernina-Eisenbahn** bietet eine herrliche Aussicht. In zweieinhalb Stunden von Tirano nach St. Moritz über den Bernina-Pass (2328 m).
2. Den Weg von Bormio nach Livigno entlang kommen Sie auf der Höhe von Premadio an die **Seen von Cancano**, die ideale Umgebung für Spaziergänge und Mountainbike-Fahrten.
3. Die **Via dei Terrazzamenti** ist ein 70 km langer Fußgänger- und Radweg, der Morbegno mit Tirano verbindet. Um herauszufinden, wie die Weinberge das Gebiet gestaltet haben und wie besonders die Veltlin-Weine sind.
4. Im Parco delle Orobie Valtellinesi erstreckt sich das **Ökomuseum des Bitto-Tals**. Auf dem 3,5 km langen Weg dorthin folgt man den Spuren einer antiken bäuerlichen und pastoralen Zivilisation.
5. Für Skifans (und nicht nur für sie) kann man auf dem **Gletscher Stelvio** auch im **Sommer skifahren**.

Historiker und Gote Cassiodorus lobte ihre therapeutischen Kräfte, Leonardo da Vinci zitierte sie im *Codice Atlantico*. Heute ist der Weg dieser Thermalbäder Zeuge ihrer glorreichen Vergangenheit und beschwört die Erinnerung an die Namen berühmter Gäste herauf: Es gibt die Römischen Bäder mit ihrem Wasser, das reich an schwefelhaltigem Schlamm ist, und die mittelalterlichen Bäder mit Biosauna, die der Königin Theodolinda gewidmet ist; dann die Bäder des Erzherzogtums mit Panorama-Wanne und den Kaiserthermen, mit der Garibaldi-Badewanne; aber vor allem gibt es die historische, im Felsen gegrabene Wanne im Freien. Im Juli 2017 wird sie in einen Infinity-Pool, ein unglaubliches Gewässer verwandelt, das sich in die Unendlichkeit erstreckt. Auf der Hauptstraße nach Livigno kommen Sie hingegen zu den **Neuen Bädern**, die sicherlich im Vergleich zu den "alten" "neu", da sie aus der ersten Hälfte des neunzehnten Jahrhunderts stammen, aber immer noch ihre romantische altmodische Atmosphäre beibehalten haben. Der Hauptunterschied zu den Alten Bädern besteht in den erweiterten externen Serviceleistungen: In den Gärten der Venus befindet sich ein Weg zur Regeneration mit 7 Thermalbädern. Die Neptunhöhle bietet hingegen einen Entschlackungsweg, die Jupiterbäder einen revitalisierenden Weg und die Herkulesbäder mit ihren Saunen und türkischem Bad reinste Entspannung. Die beiden Saturnbecken, wo in der Antike die Schafe vor dem Scheren gewaschen wurden, bieten heute differenzierte Temperaturen und Unterwassermusiktherapie. Beide Bäder haben herrliche Hotels im Grünen: Hotel Bagni Vecchi und das Grand Hotel Bagni Nuovi.



Les deux sources d'Angolo Terme

Dans le Val di Scalve, des panoramas vertigineux et un grand parc pour quelques moments de détente

Au cœur de la Valle Camonica, sur la rive droite du torrent Dezzo, parmi les zones boisées composées de hêtres, de sorbiers et d'épicéas, se trouve une citadelle d'origine celtique où l'on vit bien, grâce à un microclimat idéal. Celle-ci s'appelle Angolo (« angle ») parce que, dans cette zone, le Val di Scalve forme littéralement un angle droit et offre ainsi des vues fascinantes et des points de vue panoramiques vertigineux à ceux qui le parcourent. Les panoramas les plus spectaculaires sont ceux qui donnent sur la Forra del Dezzo, très connus des amateurs d'aviron, d'escalade et de pêche. S'agit-il donc d'une destination uniquement adaptée aux plus audacieux? Pas du tout. En

Die beiden Quellen von Angolo Terme

Im Val di Scalve schwindelerregende Aussichten und einen großen Park für ein wenig Relax

Im Herzen des Camonica-Tals, am rechten Ufer des Flusses der Wildbach Dezzo, zwischen Buchen-, Ebereschen- und Fichtenwäldern liegt eine Zitadelle keltischen Ursprungs, wo es





– 5 raisons pour choisir Angolo

1. Dans le **centre** d'Angolo, les fontaines, les porches en pierres, les fresques, les voûtes et les balcons en bois racontent l'histoire du village. Parmi les bâtiments les plus anciens, on trouve la Casa Albricci, le Palazzo Laini et la Casa Morosini.
2. L'**Eremo di San Silvestro**, construit entre le XVI^{ème} et le XVIII^{ème} siècle, s'érige dans un cadre idyllique le long de la route qui relie Angolo Terme au lac Moro, un lieu spirituel dans un endroit charmant.
3. Le tour du **lac Moro** (www.lagomoro.net), qui se trouve entre Angolo et Darfo, à 381 m au-dessus du niveau de la mer, est un parcours simple et adapté à tous qui traverse des zones boisées composées de châtaigniers, et qui se dénoue le long de chemins de terre.
4. La **Forra del Dezzo** également appelée la Via Mala, est la section de la route nationale 294 située entre Angolo Terme et Dezzo di Scalve. Avec ses rives en surplomb à couper le souffle, elle fait partie de la **Strada Verde delle Orobie**.
5. Dans cette zone, les amateurs de randonnées pourront choisir différents itinéraires, parmi lesquels le Sentiero 560, un chemin proposé par le CAI (« Club Alpin Italien »), qui part d'Angolo Terme pour se rendre jusqu'aux **Colle di Varenò**.



effet, celle-ci est également adaptée à ceux qui veulent se consacrer à des activités plus tranquilles et qui souhaitent profiter de quelques moments de détente après avoir conquis sommets et précipices. Angolo offre tout cela, une atmosphère pacifique et des eaux thermales salutaires, entourées par un immense parc qui s'étend sur un terrain plat de 35.000 m². Ici, hormi la liste exhaustive de soins thermaux et photothérapeutiques, de boues, bains, massages et promenades désintoxicantes, vous pourrez également vous accorder quelques heures de pause, mais également des journées de détente, étant donné que cette structure dispose de 80 chambres doubles. L'ambiance tranquille, le parcours « vita » qui se dénoue dans le parc et les piscines en plein air font des Terme di Angolo un lieu adapté à toute la famille. Avez-vous besoin d'autres informations sur ses eaux? Le centre est alimenté par deux

sources différentes. La source San Silvestro, qui peut être classifiée comme « alcalino-terreuse riche en sulfate et en bicarbonate », est utilisée, sous le contrôle de l'équipe du centre médical interne, non seulement dans le traitement des maladies de l'estomac, de l'intestin, des reins et des voies urinaires, mais également pour des séances d'inhalations efficaces dans le traitement des troubles des voies respiratoires. À l'inverse, l'eau de Fonte Nuova, qui peut être classifiée comme « sulfato-calcique-magnésienne », est utilisée pour la préparation de cosmétiques thermaux émoullissants, hydratants et exfoliants enrichis aux amandes, aux myrtilles et aux framboises. Ces derniers sont délicatement parfumés et très agréables, et il est non seulement possible de les tester sur place, mais également de les acheter et de les ramener à la maison.

sich auch dank eines idealen Mikroklimas gut leben lässt. Es nennt sich Angolo (Ecke), weil das Tal Val di Scalve an dieser Stelle buchstäblich einen rechten Winkel und allen schwindelerregende Panoramablicke schenkt. Am spektakulärsten sind die auf den Forra del Dezzo, (Dezzo-Schlucht) der Ruder-, Kletter- und Angelfreunden gut bekannt ist. Also nur ein Ziel für die Mutigsten? Überhaupt nicht. Für alle Liebhaber der Slow-Aktivitäten und diejenigen, die sich nach der Eroberung der Berggipfel und Steilhänge eine Weile ausruhen möchten, spendet Angolo eine friedliche Atmosphäre und das gesunde Wasser seiner Thermalbäder, umgeben von einem 35.000 Quadratmeter großen Park. Dank 80 Doppelzimmer können Sie sich bei Badekuren, Heliotherapie, entschlackenden Schlambädern, Massagen und Spaziergängen nicht nur einige Stunden, sondern auch Tage der Entspannung gönnen. Ein ruhige Umgebung, ein Lebenspfad, der sich durch den Park schlängelt,

– 5 Gründe sich für Angolo zu entscheiden

1. In **Zentrum** von Angolo Springbrunnen, Bogengänge aus Stein, Fresken, Holzgewölbe und Balkone erzählen die Geschichte des Dorfes. Unter den ältesten Gebäuden Casa Albricci, Palazzo Laini und Casa Morosini.
2. Auf der Straße, die Angolo Terme mit dem See Moro verbindet, erstreckt sich auf einem Hügel die **Einsiedelei von San Silvestro**, die zwischen dem 16. und 18. Jahrhundert erbaut wurde. Ein Ort der Sinnlichkeit in einer bezaubernden Position.
3. Der einfache Weg zwischen Angolo und Darfo um den **See Moro** (www.lagomoro.net) herum, auf 381 Meter über dem Meeresspiegel ist für jeden geeignet. Er durchquert Kastanienwälder und schlängelt sich durch die Gegend auf unbefestigten Straßen.
4. **Die Dezzo-Schlucht**, die auch bekannt als Via Mala, ist der Abschnitt der Bundesstraße 294 zwischen Angolo Terme und Dezzo di Scalve und gehört mit seinen atemberaubenden Steilhängen zu der **Strada Verde delle Orobie**.
5. In der Umgebung können Wanderliebhaber unter verschiedenen Wanderrouten wählen, unter anderem der Pfad „Sentiero 560“, die von Angolo Terme zum **Colle di Varenò** führt.

sowie Freibäder machen die Thermalbäder von Angolo zu einem Ort, der für jedes Alter und Familien geeignet ist. Noch mehr Infos zu seinem Wasser? Das Zentrum wird von zwei separaten Quellen versorgt. Die Quelle Silvester, die als „erd-alkalisches Carbonat-Sulfat“ eingestuft wird, wird unter Überwachung des medizinischen Personals der Poliklinik bei der Behandlung von Magen-, Darm-, Nieren-, Harnwegs- und Atemwegserkrankungen eingesetzt. Mit dem Wasser von Fonte Nuova, das hingegen als „Calciummagnesium-Sulfat“ eingestuft wird, werden weich machende thermalkosmetische Produkte, Feuchtigkeitsspender und Peelings mit zartem Mandel-, Blaubeer- und Himbeerduft hergestellt. Sie können sie vor Ort ausprobieren, aber auch kaufen und mit nach Hause zu nehmen.



Terme di Boario, eau, boues et nuages

*Au cœur vert de la Valle Camonica,
pour retrouver la forme et redevenir des enfants*

Les Terme di Boario sont immergés dans la verdure extrêmement fraîche de la Valle Camonica, dans un parc de 13.000 m². L'établissement fait partie intégrante des raretés botaniques d'un jardin à l'italienne, où il ne serait pas surprenant de rencontrer une dame vêtue de blanc et son chevalier centenaire. Toutefois, si vous pensez vous trouver dans un lieu où le temps s'est arrêté, vous vous trompez lourdement! Les colonnes du portique et la coupole de l'entrée vous souhaiteront la bienvenue dans un temple du bien-être de dernière génération. Dans la zone thermale, l'eau des quatre sources Antica Fonte, Fausta, Igea et Boario est exploitée de façon à offrir des soins et des thérapies de haut niveau. Au centre de beauté, les bains, les boues et les

Thermalbad von Boario - Wasser, Fanghi und Dampfbäder

Im grünen Herzen des Camonica-Tals, um wieder in Form und Kinder zurückzukehren

Die Thermalbäder von Boario mitten im frischen Grünen der 130.000 Quadratmeter großen Parkanlage im Camonica-Tal. Der Gebäudekomplex erstreckt sich inmitten botanischer Raritäten eines Gartens im italienischen Stil, wo es nicht überraschen würde, eine weiß gekleidete Dame und ihren Ritter von vor hundert Jahren zu treffen. Wenn Sie jedoch denken, sich an einem Ort zu befinden, an dem die Zeit still steht, liegen Sie falsch! Die Säulen und die Eingangskuppel heißen Sie in einem hochmodernen Tempel des Wohlbefindens willkommen.

Terme di Boario
Piazzale delle Terme 3
Darfo Boario Terme (BS)
Tél. +39 0364 525011
www.termediboario.it



massages sont complétés par des traitements high-tech et par des expériences sensorielles à mi-chemin entre science et philosophie. À titre d'exemple, il est possible de mentionner la séance dans la baignoire « nuage », où l'étreinte anatomique d'un matelas spécial rempli d'eau, la chaleur agréable et les lumières tamisées recréent la tranquillité et

– 5 raisons pour choisir Boario

1. En hiver, pour faire du **ski**, empruntez les pistes du domaine skiable de Borno-Monte Altissimo et de Montecampione. En été, dans les montagnes et dans les parcs naturels (de l'Adamello, du Stelvio), il est possible de choisir parmi une grande quantité d'**excursions**. Ceux qui aiment faire du **vélo** pourront profiter de la belle piste cyclable qui longe le fleuve Oglio.
2. Le **Parc des gravures rupestres de Luine** et le site des **Corni Freschi** font partie de la zone archéologique des Camuni, qui a été reconnue comme faisant partie du Patrimoine de l'humanité de l'UNESCO.
3. Le parc préhistorique **Archeopark** de la ville est conçu pour les enfants, mais pas seulement.
4. Le **Château de Gorzone**, un quartier de Boario, est le seul château de la Valle Camonica à avoir gardé intact l'ensemble de sa structure. Celui-ci remonte au XII^{ème} siècle.
5. En partant de Darfo Boario Terme, il est possible de se rendre au **lac d'Iseo** en un quart d'heure en voiture.

l'harmonie de l'utérus. Un autre exemple est le rituel **Hot sand**, dans lequel du sable tiède est lentement relâché sur votre corps pour vous permettre de vous détendre profondément et de vous régénérer. Enfin, si vous connaissez les Terme di Boario, vous avez peut-être déjà envisagé lequel de ces traitements suivre, mais si vous souhaitez les découvrir, vous ne courrez aucun risque avec le **Parcours bien-être SPA**, qui met à votre disposition deux piscines d'eau thermale, une piscine avec hydromassage et vue imprenable sur le parc, un sauna finlandais, un hammam, un bain méditerranéen, des douches sensorielles, un parcours Kneipp, une cascade de glace, un espace détente et une halte dans l'apaisante salle d'inhalation d'eau saline, où l'air saturé d'iode permet de soulager les voies respiratoires. Ensuite, dans le parc, il est possible de s'aventurer sur des parcours *ad hoc*. Dans le **Boario Park Adventure**, il est possible de traverser un pont tibétain, de se hisser sur une échelle faite en corde, de marcher sur des pédales en mouvement (et ainsi surmonter la peur du vide) et apprendre à contrôler ses gestes et ses émotions à travers différents exercices. Pour les adultes et les plus jeunes à la recherche de sensations fortes, cette structure propose le **Powerfan**, un saut dans le vide depuis une hauteur de 10 m, et l'**Alpine Coaster**, une piste de luge qui se dénoue à toute vitesse depuis le Padiglione Fausta jusqu'à la partie élevée du parc.

*Im Thermalbereich wird das Wasser der vier Quellen Antica Fonte, Fausta, Igea und Boario in vollem Umfang für Behandlungen und Thermaltherapien genutzt. Im Schönheitszentrum werden in den Bädern Schlamm und Massagen durch Hi-Tech Behandlungen und Sinneserfahrungen zwischen Wissenschaft und Philosophie ergänzt. Dazu gehört beispielsweise das Sitzen in einer „Wolkenwanne“, wo Sie von einer Spezial-Wassermatratze, angenehmer Wärme und gedämpftem Licht eingehüllt werden, was die Ruhe und Harmonie der Gebärmutter schafft. Oder das Ritual Hot sand, bei dem der Sand lauwarm, langsam über den Körper gestreut wird und ihm eine tiefe und regenerierende Entspannung verleiht. Wenn Sie die Bäder von Boario kennen, könnten Sie bereits eine dieser Behandlungen im Sinn haben, aber wenn Sie sie selbst erleben wollen, liegen Sie mit dem Percorso benessere SPA richtig. Er bietet zwei Schwimmbecken mit Thermalwasser, eins mit Whirlpool und Blick auf den Park, finnischer Sauna, türkischem Bad, mediterranem Bad, **Erlebnissduschen**, Kneippweg, Eiswasserfall, Ruheraum sowie einen Salzraum, in dem die mit Jod gesättigte Luft die Atemwege befreit. Im Park können Sie dann den Pfaden ad hoc folgen. Im Boario Erlebnispark können Sie eine tibetanische Brücke überqueren und auf eine Strickleiter steigen, die Angst vor der Leere überwinden und mit verschiedenen Übungen lernen, Gesten und Emotionen zu steuern. Für Jung und Alt, die auf der Suche nach starken*

Empfindungen sind, gibt es stattdessen Powerfan - ein Sprung in die Leere aus einer Höhe von 10 Metern und Alpine Coaster, eine Schlitzenbahn, die mit voller Geschwindigkeit von der Fausta-Halle aus zum oberen Teil des Parks fährt.

– 5 Gründe sich für Boario zu entscheiden

1. Im Winter gibt es zum **Skifahren** Pisten des Bezirks Borno-Monte Altissimo und Montecampione. Im Sommer können Sie zahlreiche **Ausflüge** in die Berge und in Naturparkanlagen (Adamello, Stelvio) sie aus machen. Für Radliebhaber gibt es einen schönen Fahrradweg entlang des Oglio-Flusses.
2. Der **Park der Felsgravuren von Luine** sowie der Ort Corni Freschi gehören zur archäologischen Weltkulturerbestätte Camuna.
3. Den Kindern (aber nicht allein ihnen) widmet die Stadt den prähistorischen **Park Archeopark**.
4. Das **Schloss von Gorzone** im Dorf Boario ist das einzige Kastell im Camonica-Tal, das noch in voller Pracht besteht. Es geht auf das 12. Jahrhundert zurück.
5. Von Darfo Boario Terme erreicht man in einer Viertelstunde Autofahrt den **Iseosee**.



Terme di Vallio, une source dans les bois

Dans la Valsabbia, à quelques km du lac de Garde, entre sapins et noisetiers, pour une immersion totale dans la tranquillité

Même si vous ne vous y êtes pas encore rendu(e), vous avez certainement entendu parler de ses eaux, mises en bouteille et commercialisées dans toute l'Italie depuis 1995 sous la marque

« Acqua Castello ». Bonne à boire même à la sortie du robinet, cette eau oligominérale bicarbonate-alcaline, légère et digestible, est le trésor des Terme di Vallo, où elle est utilisée dans des traitements à base d'eaux minérales et d'inhalations. Grâce à ses propriétés digestives,

Thermalbad von Vallio, eine Quelle im Wald

In Valsabbia zwischen Tannen und Haselnüssen, nur wenige Kilometer vom Gardasee entfernt, für alle, die auf der Suche nach Ruhe sind

Wenn Sie noch nie zuvor in Vallio Terme waren, haben Sie jedoch sicher von seinem Wasser gehört, das seit 1955 in ganz Italien unter dem Markennamen „Acqua Castello“ abgefüllt und vermarktet wird. Dieses leichte und bekömmliche Bikarbonat-Alkali-Wasser mit geringem Mineralgehalt ist der Schatz der Terme di Vallio, wo es für Hydrokultur- und Inhalationsbehandlungen eingesetzt wird.

Dank seiner verdauungsfördernden, abschwellenden, antispastischen und entschlackenden Eigenschaften heilt es



Terme di Vallio
Via Sopranico, 11-17
Vallio Terme (BS)
Tél. +39 0365 370110
www.termevallio.it



décongestionnantes, antispastiques et dépuratives, elle permet de soigner les troubles gastro-intestinaux, hépatiques, rénaux et urinaires. Sous forme d'aérosol, il s'agit d'une véritable panacée pour les oreilles et les voies respiratoires supérieures. L'établissement thermal se trouve dans un lieu particulièrement suggestif, à 400 m d'altitude et à quelques dizaines de mètres de la source d'où l'eau jaillit. Celui-ci se trouve près du centre de Vallio (un petit village de la Valsabbia à une vingtaine de km de Brescia) et est immergé dans la verdure et dans le silence d'une pinède parfumée. Il est possible de le rejoindre en empruntant une route bordée d'arbres. À l'ouest, il est possible de voir, derrière soi, la colline de Sant'Eusebio, avec la forteresse de Bernacco. Le centre thermal se trouve dans la vallée du torrent Vrenda, où le paysage sylvestre et le climat doux contribuent à régénérer le corps et l'esprit. Dans une telle ambiance, il fallait absolument y installer un centre de bien-être. Pour cela, depuis quelques années, la structure s'est dotée également du Centro Oasi Benessere di Estetica Termale, un

centre entièrement consacré à la remise en forme, au repos et à la tranquillité, qui unit la tradition occidentale à la sagesse orientale. Pour dissoudre le stress et redonner la tonicité aux tissus, celui-ci propose des masques purifiants, revitalisants et antioxydants, dont un au caviar, des séances de réflexologie plantaire et des massages de toutes sortes et pour tous les goûts: ddétente, drainants, tibétains, à l'huile d'amande douce, à la lavande et au chocolat.

Magen-, Darm-, Leber-, Nieren- und Harnwegserkrankungen. In Form von Aerosol ist es ein Allheilmittel für Ohren und Atemwege. Das Thermalbad befindet sich an einem besonders stimmungsvollen Ort, auf 400 m Höhe und ein paar Dutzend Meter von der Quelle entfernt, aus dem das Wasser fließt. Nicht weit vom Zentrum von Vallio (einem kleinen Dorf des Valsabbia) und etwa zwanzig Kilometer von Brescia entfernt, im Grünen und in der Stille eines duftenden Pinienwaldes.

Es ist über eine Allee erreichbar. Im Westen im Hintergrund der Hügel von Sant'Eusebio mit der Festung Bernacco. Wir befinden uns im Tal des Baches Vrenda, wo die bewaldete Landschaft und das milde Klima dabei helfen, Körper und Geist zu regenerieren. In einer solchen Umgebung durfte ein Wellness-Center nicht fehlen und so wurde vor einigen Jahren eins eingerichtet. Vollständig dem Ziel remise en forme, zur Erholung und Ruhe gewidmet, vereint das Wellness- und Schönheits-Thermalzentrum Oasis westliche Traditionen mit den Weisheiten des Ostens. Um sich vom Stress zu lösen und das Gewebe zu festigen bieten sich reinigende und revitalisierende Antioxydantmasken (beispielsweise mit Kaviar), Reflexzonenmassagen und Massagen aller Art und für jeden Geschmack an: entspannend, dränierend, tibetanisch, Mandelöl, Lavendel, Schokolade.



- 5 raisons pour choisir Vallio

1. La proximité avec le **Lac de Gard** et ses attractions extraordinaires fait de cette petite localité une base parfaite pour visiter une région splendide, riche en culture, traditions et saveurs d'excellence.
2. Êtes-vous un(e) passionné(e) de **marche nordique**? Dans le territoire du Vallio, vous pourrez choisir parmi trois parcours: le Percorso dell'acqua, long de 4 km, le Percorso del Bröt, long de 8,2 km et le Percorso del Santuario Madonna del Mangher, long de 10 km.
3. À Gavardo, le **Musée archéologique de la Valle Sabbia** (museoarcheologicogavardo.it) raconte et illustre la préhistoire et l'histoire ancienne de la vallée.
4. Toujours tout près de cette zone, Gardone Riviera abrite le **Vittoriale degli Italiani**, le complexe monumental et extraordinaire dans lequel l'histoire et l'esprit de Gabriele d'Annunzio continuent de vivre.
5. Pour découvrir les spécialités locales, il n'y a rien de mieux que les parcours œnogastronomiques de la **Strada dei vini e dei sapori del Garda** (www.stradadeivini.it).

- 5 Gründe sich für Vallio zu entscheiden

1. Die Nähe zum **Gardasee** und seine außergewöhnlichen Attraktionen machen diesen kleinen Ort zu einem ausgezeichneten Ausgangsort für den Besuch einer prächtigen Region, die reich an Kultur, Traditionen und Aromen ist.
2. Sind Sie **Nordic Walking** Liebhaber? Im Bereich von Vallio haben Sie die Wahl zwischen dem 4 km langen Wasserpfad; dem 8,2 km langen Brötweg; dem 10 km langen Weg zum Wallfahrtsort der Madonna del Mangher.
3. In Gavardo erzählt das **Archäologische Museum des Tals Valle Sabbia** (museoarcheologicogavardo.it) und veranschaulicht die Vor- und Frühgeschichte des Tales.
4. Ebenso nah befindet sich an der Gardone Riviera der **Vittoriale degli Italiani**, ein malerischer Gebäudekomplex, in dem die Geschichte und der Geist von Gabriel D'Annunzio wieder aufleben lassen wird.
5. Um die lokalen Spezialitäten zu kosten, gibt es nichts Besseres als die **Strada dei vini e dei sapori del Garda** (www.stradadeivini.it).





Terme di Sirmione, bien-être avec vue sur le lac

Histoire et légende, vapeurs et bulles. Un château et des stations thermales et de bien-être immergés dans la verdure. Les bains au moment du coucher de soleil et les thermes en plein air sont deux expériences que vous devez absolument vivre

À quelques km de Desenzano, sur la berge lombarde du lac de Garde, une bande de terre s'étend le long du lac sur 4 km, entourée par un paysage de rêve. Il s'agit de Sirmione, la perle du lac de Garde, avec ses tours dotées de merlons et ses murailles entourées d'eau, ses petits magasins, bars à vin et restaurants romantiques, ses thermes et traitements bien-être: il s'agit de l'endroit idéal pour profiter d'un weekend qui vous apportera des moments de pure détente, raffinement et paresse. Si vous voulez suivre les anciennes traces du poète Catulle ou les plus récentes de la soprano à la voix divine, Maria Callas, ou bien si vous êtes intéressé(e) par les histoires de guerre du Château Scaligero ou la légende de son fantôme au cœur brisé, et bien, lors de votre visite à Sirmione, vous devrez faire une pause-plaisir dans ses thermes des mille et une nuit. Grâce à leur eau sulfureuse salsobromoiodique à une température idéale, vous pourrez profiter de bains régénérateurs intérieurs ou extérieurs, même le soir, tout au long de l'année. Vous devriez consacrer la première

Spa von Sirmione, Wellness mit Seeblick

Geschichte und Legende, Dämpfe und Blasen. Ein Schloss, Thermalzentren und Wellnesshotels im Grünen. Nicht zu verpassen: das Sonnenuntergangsbad, das Thermalbad im Freien

Ein paar Kilometer von Desenzano entfernt, verläuft am lombardischen Ufer des Gardasees ein Landstreifen 4 km im See vor der Kulisse einer traumhaften Landschaft. Sie befinden sich in Sirmione, der Perle des Gardasees, mit seinen Zinntürmen und Mauern am Wasser, kleinen Läden, Weinstuben und romantische Restaurants, Thermalbädern und Wellness-Behandlungen - der richtige Ort für ein Wochenende im Zeichen der Reinheit und Entspannung. Wenn Sie in die Fußstapfen des Dichters Catullus oder der göttlichen Maria Callas treten wollen, der sich für die Kriegsgeschichte des Scaliger Schlosses oder für die Legende von seinem Geist mit gebrochenem Herzen interessieren, können Sie nicht umher, auf Ihrer Reise nach Sirmione eine Pause im Thermalbad aus

Terme di Sirmione
Tél. +39 030 990 4923
www.termedisirmione.com

Terme Virgilio
Piazza Virgilio 2
Colombare di Sirmione (BS)

Terme Catullo
Via Punta Staffalo 1
Centro Storico di Sirmione (BS)

Aquaria Thermal SPA
Piazza Don A. Piatti 1
Centro Storico di Sirmione (BS)



– 5 raisons pour choisir Sirmione

1. Les murailles dotées de merlons du **Château Scaligero** (Castello Scaligero) surgissent littéralement de l'eau. Au XIII^{ème} siècle, celles-ci défendaient le village et le port. Aujourd'hui, il est possible de bénéficier d'une vue splendide depuis les coursives du château.
2. Il n'est pas possible d'accéder à la villa où la « Divina » (la soprano Maria Callas) séjourna, mais, depuis 2002, dans la place Carducci, une demeure du XVIII^{ème} siècle, renommée **Palazzo Callas**, abrite des expositions et des événements tout au long de l'année.
3. Les **Grottes de Catulle**, sur l'extrême pointe de la péninsule, sont les vestiges d'une villa romaine du I^{er} siècle avant Jésus-Christ. Il est dit que le « poète de l'amour », originaire de ces zones, y a vécu.
4. Les **Palafitte del Lavagnone** se trouvent dans le territoire de Desenzano. Celles-ci font partie des « sites palafittiques préhistoriques autour des Alpes », qui ont été déclarés patrimoine de l'humanité par l'UNESCO.
5. Le long de la **Strada dei Vini e dei Sapori del Garda**, le parcours le plus panoramique est celui qui part de **Salò à Sirmione** et qui relie les zones viticoles de la Valtènesi et de la Lugana.

partie de votre séjour à la visite des lieux historiques, parce qu'une fois dans les thermes, vous aurez du mal à en sortir! Si vous êtes adepte d'archéologie, visitez les Grottes de Catullo. À l'inverse, si vous préférez célébrer le mythe de Maria Callas, demandez le chemin pour vous rendre à la villa où cette dernière vécut, mais surtout, accordez-vous une pause dans le parc parsemé de cédratiers et de cyprès qui porte son nom. Pour une promenade le long du lac, partez de la Spiaggia delle Muse (Plage des Muses), nichée à l'ombre du Château. Si vous voulez profiter d'une vue à couper le souffle, montez les 146 marches qui mènent jusqu'au sommet du Mastio (Donjon): cela en vaut la peine! Ensuite, n'attendez pas trop longtemps. En effet, vous pourrez profiter des services offerts par des hôtels dotés d'espaces de bien-être thermal, où passer des heures à essayer les traitements, boues, bains relaxants et menus

gourmets qui conjuguent le plaisir du goût et la pratique d'un style de vie moderne et sain. Par ailleurs, à Sirmione, vous pourrez découvrir les services proposés par Aquaria. Il s'agit du Spa thermal de Terme di Sirmione, un centre de bien-être épicurien, où des piscines avec vue sur le lac, des cabines d'hydromassage, des lits effervescents, des jets « col de cygne », des douches aromatiques et chromatiques, des parcours hydro-vasculaires dotés de cabines bien-être ainsi qu'une salle de sport équipée d'équipements ultra-moderne occupent 3.500 m² de surface couverte au beau milieu d'un parc de 6.500 m². Ce Thermal Spa du futur complète l'offre santé des Terme Virgilio et des Terme Catullo, deux établissements qui offrent la meilleure qualité de service en ce qui concerne les soins par inhalation, la rééducation motrice, les boues, les bains et les massages.

Tausendundeiner Nacht einzulegen, wo schwefelhaltiges Wasser mit idealer Temperatur in Becken drinnen und draußen, auch am Abend und zu jeder Jahreszeit regenerierend wirken. Widmen Sie den ersten Teil Ihres Aufenthaltes der Besichtigung historischer Stätten, denn wer einmal im Spa ist, dem könnte es schwer fallen, es wieder zu verlassen! Wenn Sie an Archäologie interessiert sind, müssen Sie zu den Catullus-Höhlen. Verehren Sie Mythen wie die Callas, dann fragen Sie nach der Villa, in der sie lebte. Gönnen Sie sich aber eine Pause im Park mit Zedern und Zypressen, die ihren Namen tragen. Für einen Spaziergang am Seeufer gehen Sie vom Strand der Muse im Schatten der Burg los. Für eine atemberaubende Aussicht steigen Sie auf den Gipfel des Mastio: 146 Schritte, aber es lohnt sich! Zögern Sie dann aber nicht länger - Hotels mit

– 5 Gründe sich für Sirmione zu entscheiden

1. Die Zinnenmauern des **Scaliger Schlosses** ragen buchstäblich aus dem Wasser. Im 13. Jahrhundert verteidigten sie das Dorf und den Hafen. Heute könne Sie von den Gehwegen aus einer herrlichen Aussicht genießen.
2. Die Villa, in der die Göttliche wohnte, kann man nicht betreten, aber seit 2002 finden in einem Gebäude auf dem Carducci-Platz aus dem 18. Jahrhundert, das in **Palazzo Callas** umbenannt wurde, das ganze Jahr über Ausstellungen und Veranstaltungen statt.
3. Die **Grotte di Catullo** an der äußersten Spitze der Halbinsel, sind die Überreste einer römischen Villa aus dem ersten Jh. v. Chr. Man erzählt sich, dass der Dichter der Liebe, der aus diesem Gebiet stammt, hier gelebt hat.
4. Auf dem Gebiet von Desenzano finden Sie die **Palafitte del Lavagnone**. Sie gehören zu den „prähistorischen Pfahlbausiedlungen der Alpen“, die zum Weltkulturerbe erklärt wurden.
5. Auf der **Strada dei Vini e dei Sapori del Garda** verläuft eine Panorama-Strecke, die von **Salò nach Sirmione** führt und die Weinbaugebiete von Valtènesi und Lugana miteinander verbindet.

Thermal-Wellnessbereichen, wo Sie Stunden mit Behandlungen und Schlammhäutern verbringen können, warten mit Gourmet-Menüs eines gesunden und modernen Lebensstils auf Sie. In Sirmione können Sie auch das Programm von Aquaria, das Thermalbad von Sirmione, ein genussüchtiges Wellnesscenter ausprobieren. 3.500 Quadratmeter überdachte Fläche und 6.500 Quadratmeter Parkanlage mit Schwimmbecken mit Blick auf den See, Whirlpools, Sprudelbecken, Nackendüsen, aroma-chromatische Regenschauer, Wellnesskabinen und ein Fitnessstudio mit modernster Ausstattung. Dieses futuristische Thermalbad rundet das Angebot an Inhalationsbehandlungen, motorischer Rehabilitation, Schlammhäutern und Massagen der Spas Virgil und Catullus ab.



Les piscine Airone et l'eau des Gonzaga

Une source d'une extrême pureté, découverte par hasard, a fait de Goito une destination thermale.

Les thermes des Piscine Airone sont non seulement les seuls de la province de Mantoue, mais également les plus récents de toute la Lombardie. Jusqu'à il y a trente ans, ce centre immergé dans le Parco del Mincio n'existait pas et, absolument personne n'avait connaissance de l'existence d'eaux chaudes sulfureuses dans son sous-sol. Elles ont été découvertes par hasard lors de travaux de forage et, pendant une certaine période, ont été utilisées pour l'irrigation des potagers et l'arrosage des fourrages. Plus tard, l'idée de les exploiter pour remplir une piscine a révélé

Zu Piscine Airone - dem Wasser der Gonzagas

Eine reine Quelle, die durch Zufall entdeckt wurde, hat Goito zum Kurort gemacht

Die Thermalbäder Piscine Airone in Goito sind nicht nur die einzigen in der Provinz Mantua, sondern auch die jüngsten in der Lombardei. Bis vor 30 Jahren gab es dieses Zentrum mitten im Park von Mincio nicht und niemand wusste von dem heißen schwefelhaltigen Wasser unter der Erde.



leurs qualités bénéfiques, qui ont été ensuite confirmées par des analyses scientifiques. Enfin, ces eaux (chose désormais certaine), classifiées comme « sulfureuses-chlorées-sodiques », sont efficaces dans les traitements de rééducation et sont utilisées dans le traitement des maladies vasculaires, en oto-rhino-laryngologie et en dermatologie. En outre, celles-ci sont d'une pureté extraordinaire vu qu'elles proviennent de dépôts souterrains de pluies tombées il y a des centaines de siècles – au XVIème siècle, affirment les experts, à l'époque des Gonzaga –, et qu'elles sont restées dans les profondeurs de la terre pendant beaucoup de temps à se filtrer et à s'enrichir de minéraux. Afin d'optimiser un tel héritage, les piscines du centre Airone sont au nombre de huit, cinq à l'intérieur et trois à l'extérieur. Protégés par de grandes fenêtres, les clients de cette structure pourront profiter d'un bassin olympique pour faire des longueurs, d'un bassin semi-circulaire avec de l'eau à 32°C, avec des chaises et des postes d'hydromassage, d'un Parcours Kneipp avec une alternance d'eau chaude (32°C) et froide (16°C), d'un bassin surélevé utilisé pour les cours de fitness et d'activités motrices et d'un bassin récréatif pour l'éducation physique. Dans le parc, vous trouverez une autre piscine olympique à profondeur croissante, un bassin pour les enfants, avec un hydromassage, des bouées et des cascades d'eau en forme de champignon, et un bassin hyperthermal à 38°C, où il est possible de se baigner en été et en hiver sans jamais craindre le froid. Dans la zone thermale, il est possible de trouver non seulement des piscines, mais également un sauna et un centre esthétique. À l'extérieur, pour compléter l'offre sportive, vous trouverez trois terrains de beach volley.

– 5 raisons pour choisir Goito

1. Goito eut un rôle de premier plan pendant les Guerres d'Indépendance, comme le rappelle le **Monumento del Bersagliere**, à l'endroit où la route nationale de Goito traverse le fleuve Mincio.
2. Au printemps, sur la route Bertone Colarina, visitez le **Parco Bertone**, un jardin merveilleux, typique de la période du Romantisme. Celui-ci accueille également un centre pour la réintroduction de la Cigogne Blanche.
3. La mairie se trouve dans la zone naturelle protégée du **Parco Regionale del Mincio** (www.parcodelmincio.it), un trésor de biodiversité, d'histoire et de saveurs.
4. Le territoire de Goito est l'une des étapes de l'itinéraire œnogastronomique de **La Strada dei Vini e dei Saporì Mantovani** (www.viniesaporidilombardia.it).
5. **Mantoue**, patrie de Virgile et perle de la Renaissance en Lombardie, se trouve à moins de 15 km. Depuis 2008, la ville fait partie, avec Sabbioneta, de la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO.

– 5 Gründe sich für Goito zu entscheiden

1. Goito spielte in den Unabhängigkeitskriegen eine führende Rolle. Daran erinnert das **Monumento del Bersagliere**, wo die Goito-Bundesstraße den Mincio überquert.
2. Besichtigen Sie im Frühjahr die wunderschönen Gärten des **Parco Bertone** auf der Strada Bertone Colarina, die typisch für die Romantik sind. Innen ein Wiederansiedlungszentrum der weißen Störche.
3. Die Gemeinde gehört zum Naturschutzgebiet der Gemeinde **Parco Regionale del Mincio** (www.parcodelmincio.it), eine Schatzkiste mit Biodiversität, Geschichte und Köstlichkeiten.
4. Das Goito-Gebiet ist in der Reiseroute der Speisen und Weine der **Strada dei Vini e die Saporì Mantovani** (www.viniesaporidilombardia.it) enthalten.
5. **Mantua**, Heimatstadt von Virgilio und Juwel der lombardischen Renaissance, ist weniger als 15 km entfernt. Zusammen mit Sabbioneta ist sie seit 2008 in der Liste des WELTKULTURERBES eingetragen.

Nach einer zufälligen Entdeckung bei einer Bohrung wurde es eine Zeit lang genutzt, um Gemüsegärten und Grünfütteranbau zu bewässern. Dann hat die Idee, es für ein Schwimmbecken zu nutzen die positiven Eigenschaften hervorgebracht, die anschließend durch Analysen wissenschaftlich bestätigt wurden. Das Wasser wird heute als "schwefelhaltiges Chlorid-Natrium" eingestuft, das bei Rehabilitationsbehandlungen wirksam, und zur Behandlung von Gefäß-, HNO- und Hauterkrankungen nützlich sind. Es ist außergewöhnlich rein, kommt aus unterirdischen Ansammlungen von Niederschlägen, die vor Jahrhunderten gefallen sind (nach Experten im 16. Jh., zur Zeit der Gonzagas), und blieb eine lange Zeit in den Tiefen der Erde für, um sich dort mit Mineralien anzureichern. Das Airone-Zentrum verfügt über acht Becken, fünf drinnen und drei draußen. Durch große Fenster geschützt, stehen den Gästen ein Oplympiabecken; ein halbkreisförmiges Becken mit 32°C warmen Wasser, mit Sitzen und Hydromassage-Stationen; ein Kneippweg mit wechselndem Heiß- (32°C) und Kaltwasser (16°C); ein erhöhtes Becken für Fitness- und Sportkurse sowie ein Freizeitbad zur Verfügung. Im Park befindet sich ein weiteres Oplympiabecken mit zunehmender Tiefe; ein Kinderbecken mit Whirlpool, Inseln und Wasserfallpilzen sowie ein Warmwasserbecken (38°C) – sie können also sowohl im Sommer als auch im Winter nass werden, ohne dass ihnen kalt wird. Im Thermalbereich befinden sich außerdem eine Sauna und ein Schönheitszentrum, während drei Beachvolleyballplätze draußen das Sportangebot vervollständigen.

#ilPassaporto

Émotions à collectionner

Voyagez #inLombardia avec #ilPassaporto des destinations et créez une histoire personnelle avec vos expériences. Un tampon pour chaque étape ou événement. Alors qu'attendez-vous?

Emotionen zum Sammeln

#inLombardia mit #ilPassaporto der Reiseziele reisen und eine Geschichte mit persönlichen Erfahrungen erzählen. Etappe oder besonderes Ereignis ist ein Stempel. Worauf warten Sie?

#inLombardia PASS

Découvrez la Lombardie en téléchargeant l'application gratuite:
in-lombardia.it/fr/pass-app

App gratis downloaden und die Lombardei entdecken:
in-lombardia.it/de/pass-app



Découvrez comment recevoir #ilpassaporto

Visitez in-lombardia.it/passaporto-lombardia
Demandez votre Passeport #inLombardia
et découvrez où faire estamper vos
expériences! Liste complète sur le site.

Wie Sie #ilPassaporto erhalten

Besuchen Sie in-lombardia.it/passaporto-lombardia
Ihren Pass #inLombardia anfordern und
sehen, wo Sie Erfahrungen einen Stempel
geben! Komplette Liste auf der Webseite.



Relax & Wellness
#inLombardia



Cult City
#inLombardia



Sapora
#inLombardia



inBici
#inLombardia



Cammini
#inLombardia



Lifestyle
#inLombardia



Golf Experience
#inLombardia



Natur
#inLombardia

Téléchargez l'application gratuite INLOMBARDIA PASS,
inscrivez-vous et commencez à voyager!

Utilisez l'application pour découvrir les attractions, les curiosités et les lieux où faire votre check-in, tester vos connaissances avec des quiz et partager l'expérience avec vos amis. Plus vous jouez, plus de timbres vous gagnez pour monter dans le classement! Pour plus d'infos: in-lombardia.it/fr/pass-app

Einfach App INLOMBARDIA PASS gratis downloaden,
sich eintragen anfangen zu reisen!

Mit der App Sehenswürdigkeiten, Kuriositäten und Orte der Region entdecken, wo Sie sich anmelden, stellen Sie sich mit Fragen zum Thema auf die Probe und teilen Sie die Erfahrung mit Ihren Freunden. Je mehr Sie spielen desto mehr Stempel für die Rangliste! Nähere Infos: in-lombardia.it/de/pass-app

Colophon

Magazine

Wellness & Relax #inLombardia
Brochure touristique
promotionnelle sous la direction
d'Explora S.C.p.A
Dernière réimpression 2019/
Letzter Nachdruck 2019

Auteurs / Autoren Cara Ronza
Traductions / Übersetzungen
Studio De Novo - Padova



Wellness & Relax #inLombardia — Magazine

in-lombardia.it
Partagez vos aventures #inLombardia

in-lombardia.it
Teilen Sie Ihre Abenteuer #inLombardia



Connaissez-vous les thermes de la Lombardie? Immergés dans des paysages enchanteurs, avec leurs eaux précieuses, ceux-ci sont prêts à vous dorloter et à prendre soin de vous. Il s'agit de véritables trésors à découvrir pendant toute l'année.

Kennen Sie die lombardischen Thermalbäder inmitten von herrlichen Landschaften, die mit ihrem kostbaren Wasser bereit sind, Sie zu verwöhnen und sich um Sie zu kümmern. Ein Schatz, den es zu entdecken gilt - zu jeder Jahreszeit.