

Il sole 24 ore - Gennaio 2022

Remise en forme

## Invito al benessere. Gli indirizzi dove ritrovare la forma, anche in coppia

Perfusioni, capsule effetto vuoto e haute cuisine dietetica. Trattamenti signature di resort e medical spa premiate, dal lago di Garda alla Val d'Orcia.

di Mariella Boerci

21 gennaio 2022



Dopo Natale e Capodanno è inevitabile. Davanti allo specchio che rimanda un'immagine un po' appesantita, scatta il bisogno di rifugiarsi fra i vapori e i tepori di famosi santuari della forma o di clinical beauty per liberarsi dei chili accumulati. E scolpire, depurare, rassodare, tonificare, ringiovanire il corpo, recuperando, allo stesso tempo, le energie in vista dell'anno appena iniziato. Da soli o, sempre più spesso, in coppia, a condividere cabine, rituali e trattamenti sorseggiando tisane (o Champagne).



▲ Una vista esterna di Villa Paradiso sul lago di Garda.

AD ALTA CONCENTRAZIONE. È la detossinazione il punto di partenza di qualsiasi percorso: tutto il resto viene dopo. A **Villa Paradiso**, ex monastero affacciato sul lago di Garda e indirizzo di culto del who's who internazionale, l'eliminazione dei residui tossici avviene attraverso un protocollo che nasce, in origine, dalla collaborazione con il Nobel della medicina Luc Montagnier: le perfusioni. Il cocktail detossinante, a base di inositolo e sostanze omotossicologiche prive di qualsiasi effetto collaterale, viene calibrato sulle esigenze di ciascun ospite dopo un controllo medico e viene somministrato attraverso perfusioni in vena. Con effetto depurante (e idratante) molto rapido: cinque flebo in cinque giorni, equivalgono a due mesi di trattamento per via orale. Ma, per tornare a nuova vita e girovita, accanto alle flebo, che sono extra-pacchetto, non si può prescindere da un percorso-base che comprende incontri quotidiani con i medici, fitness e cardio-fitness, trattamenti estetici, posturali e cocoon che innalzano le endorfine e, *dulcis in fundo*, una haute cuisine dietetica e antiossidante, personalizzata e concordata con lo chef, che è un autentico piacere gourmet (pacchetto di tre giorni, con soggiorno incluso, a partire da 1.650 euro).