



15 trattamenti SPA ai fiori e frutti di stagione

Dalle succose ciliegie dalle proprietà anti-age alle profumate e addolcenti rose, passando per le rilassanti note della lavanda: scopri i trattamenti SPA da provare questa estate

Che estate sarebbe senza colori, profumi e sapori? E cosa rende questa stagione colorata, succosa e profumata? Ovviamente i molteplici **fiori e frutti che sbocciano, maturano**, si colorano e rendono le nostre giornate più gustose e vivaci.

Oltre a deliziare la nostra vista, il nostro olfatto e il palato, i fiori e i frutti estivi sono anche protagonisti di molti **trattamenti SPA che sfruttano le loro innumerevoli proprietà** benefiche sia per il corpo che per la mente.

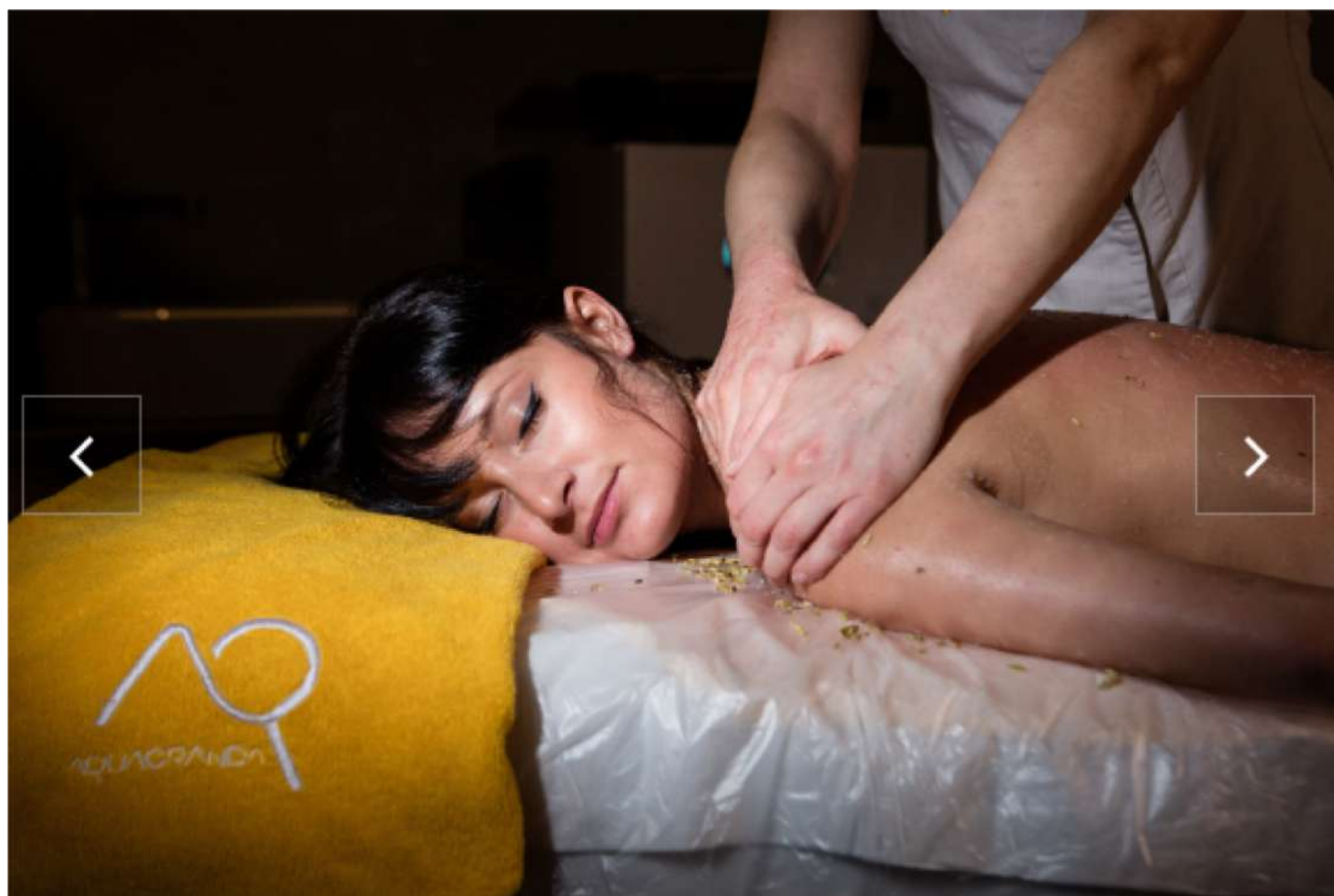
Qualche esempio? **Le ciliegie**, frutto estivo per eccellenza, hanno **un'azione tonificante, ristrutturante ed elasticizzante** che dona turgore alla pelle, favorendo anche l'interruzione del processo di invecchiamento cutaneo.

Per queste loro proprietà sono utilizzate in diversi tipi di trattamento, dagli **scrub** – che impiegano i noccioli sminuzzati per eliminare le cellule morte e le impurità della pelle – ai rituali idratanti e nutrienti, che sfruttano gli attivi antiossidanti e rigeneranti della polpa per agire contro la perdita di elasticità dell'epidermide e la formazione di rughe.

Anche gli agrumi, tipici della stagione e del panorama mediterraneo, sono ottimi alleati per trattamenti e **rituali di benessere** e bellezza. Basti pensare alla **vitamina C** in essi contenuta che si rivela un vero e proprio booster energizzante per la pelle – che ritrova luminosità e tonicità – e per la mente.

Passando alla parte floreale abbiamo davvero l'imbarazzo della scelta. **La lavanda**, ad esempio, la cui fioritura si estende da metà giugno a metà agosto, è nota per le sue **proprietà rilassanti e de-stress** e per questo viene spesso utilizzata, sotto forma di estratto od olio essenziale, in trattamenti che hanno come finalità ultima il ripristino dell'equilibrio psico-fisico e l'allontanamento delle tensioni (muscolari e mentali) tramite manualità lente ed avvolgenti.

Citiamo, infine, **la rosa**, altro fiore che ci accompagna durante tutta l'estate e che è caratterizzato da proprietà che ne fanno un vero e proprio **elisir di giovinezza**. Bagni ai petali di rosa, peeling corpo o trattamenti che prevedono l'uso dell'olio essenziale di questo **profumato fiore** sono solo alcuni dei rituali da provare per una pelle deliziosamente profumata e sensibilmente ringiovanita.



Trattamenti SPA a base di fiori e frutti

Al Centro Acquagrande di Livigno, in Valtellina, potete provare la Wellness Mountain Therapy, declinata per lui e per lei. Nel primo caso si prevedono dei frizionamenti con sacchetti di aghi di pino uniti alle proprietà decongestionanti, depurative e rilassanti dell'olio caldo e delle essenze delle erbe alpine seguiti da un massaggio sportivo defaticante. Per lei invece un momento di totale relax che va a nutrire ed addolcire corpo e spirito grazie alle proprietà di miele e camomilla (prodotti a km zero) per lo scrub, e di olio di mandorle dolci aromatizzato alla melissa per il massaggio preceduto da spazzolatura a secco per rimuovere parti impure e tossine.

Prezzo: 95 euro