

**WEEKEND FUGHE
PRIMAVERA**

**AVVENTURA IN MAROCCO
CITTA' IMPERIALI**

Cruises
A SCUOLA DI CUCINA

VOYAGE

essere nel mo

MARZO/APRILE 2010 • MENSILE • NUMERO 20 • € 3,99

Speciale U.S.A.

ROUTE 66

On the road sulla striscia
d'asfalto più famosa d'America

PARCHI

Il lato wild degli States

CALIFORNIA

Tutti i sapori della West Coast

METE

**REPUBBLICA
DOMINICANA**

Ecologica e selvaggia:
tutta da esplorare

Città del mondo

L'altra Londra

Alla scoperta di Angel,
il quartiere degli artisti

Viaggio da sogno

Antigua

Isola dei pirati e dei Lord



LOW CHIC: SAN PAOLO IN METRO ▶ UNIQUE HOTELS: VILLA D'ESTE



VIAGGIARE INFORMATI

LA VOCE DEL SILENZIO

Quando un chalet alpino si trasforma in un hotel di charme e tutt'intorno c'è spazio solo per il silenzio, puro e cristallino, quasi un canto. Accade al 14 Suite Hotel Villa Berghofer di Redagno, a una manciata di chilometri da Bolzano. Un raffinato rifugio immerso nella natura, dove si riscoprono suoni, colori e profumi d'altri tempi. Circondato dalle cime alpine del Corno Nero e Corno Bianco, dal canyon di Bletterbach e da boschi incantati, questo hotel è perfetto per ritemperare corpo e mente, per una remise en forme globale. Le quattordici suite (che danno il "titolo" all'albergo) hanno i nomi delle vette circostanti, gli spazi comuni hanno un fascino d'antan e sposano l'antico al moderno: artefice di tanta bellezza è Zeno Bampi, architetto e patron. La cucina, ricca di sapori e aromi, coniuga la bontà di ingredienti altoatesini a elementi mediterranei con abbinamenti raffinati. Ma questo non è solo un luogo per gourmet

perché, grazie a un pacchetto speciale, qui è il benvenuto anche chi desidera approfittare di una breve vacanza per ritornare in forma. Si segue la filosofia del metodo Kneipp, ovvero tanti esercizi ginnastici del mattino e escursioni a piedi, abbinati poi a una dieta bilanciata o a una dieta ipocalorica mista (come, ad esempio, la cura dell'uva o della mela). In questo modo si perde peso senza perdere il buon umore. Basta una settimana (7 notti in mezza pensione compresi trattamenti, 1.420 euro a pax) per assimilare regole e abitudini da riportare a casa, come una sorta di buon ricordo. E se dieta e ginnastica non bastano, si balla e si gioca a bowling, ma soprattutto ci si lascia coccolare dai trattamenti naturali che sono veri e propri elisir di giovinezza: dai bagni di fieno alla sauna, mentre si sorseggia un tè alle erbe o una tisana depurante.

14 Suite Hotel Berghofer - Redagno (BZ) tel. 0471 887150 www.berghofer.it

