

Detox al Bad Moos. Si avvicina la bella stagione, si tolgono cappotti e maglioni e si mette in mostra il corpo. La primavera è la stagione ideale per **rimettersi in forma e riacquistare la propria silhouette**. Non necessariamente perfetta, ma sicuramente **sana, equilibrata**. Questo è l'obiettivo della **Settimana Detox del Bad Moos – Dolomite Spa Resort** di Sesto (BZ). Un programma a 360° che combina in modo armonioso aspetto fisico e salute.



Iride e vega test: al Bad Moos è ora di detox

Prendersi cura di sé in ogni aspetto, fisico, metabolico, energetico. E allo stesso tempo regalarsi una vacanza in una meta da sogno coccolati con servizi di prima qualità. È la **Settimana Detox del Bad Moos – Dolomite Spa Resort**. Si mette insieme l'effetto curativo della **preziosa acqua termale solfata** e la **professionalità di uno staff** di specialisti. Per un'esperienza personalizzata a seconda delle singole esigenze.

Il programma inizia con un'approfondita **consulenza di benessere** che si sviluppa su 3 punti principali. La **lettura dell'iride**, iridologia, permette di conoscere la propria costituzione di base; il **vega test per i disturbi alimentari** consiste nello scoprire i cibi meno idonei al nostro benessere; infine la **riflessologia plantare integrata** serve per strutturare il piano benessere.

A questo punto si rilascia il **piano di educazione alimentare, strutturato su misura** e valido per l'intera settimana. Con descrizione dettagliata dei piatti, ma anche **programma di trattamenti consigliati** per riacquistare la propria forma fisica (costo totale 220,00 euro).



foto di Hannes Niederkofler

Bad Moos, massaggi, zolfo e altri trattamenti detox

La consulenza di benessere indica anche i trattamenti viso e corpo più adatti per rimettersi in forma, a seconda delle esigenze emerse. Tra questi può essere consigliata ad esempio un'ulteriore **Riflessologia plantare** per un'azione metabolica dimagrante (45 min, 75 euro). Oppure il trattamento innovativo **Dien Chan**, una riflessologia del viso vietnamita per asse endocrino (45 min, 60 euro).

Utili per purificare l'organismo e snellire il corpo, in prima linea ci sono sicuramente i massaggi. Il **Massaggio linfodrenante** (50 min, 75 euro), ad esempio. Il **Massaggio con fango e oli essenziali** ad azione metabolica e drenante (50 min, 75 euro). E ancora il **Massaggio viscerale** (50 min, 75 euro).

Altri trattamenti che possono essere consigliati sono: **Key viso** (50 min, 110 euro). E **bagni di zolfo** per disintossicare in profondità il corpo a livello cellulare (25 min, 40 euro).



foto di Hannes Niederkofler

Sport detox e sauna, lettura e meditazione al Bad Moos

Nella consulenza di benessere iniziale si consiglia anche un **programma sportivo** creato su misura. Si alternano **attività fisica in vasca e all'aperto** a **momenti di relax** nella piscina riscaldata e **lettura**.

Vengono organizzate inoltre una **meditazione guidata** giornaliera di gruppo (60 min, 35 euro) e sedute in **sauna** con maestro. E ancora un **percorso sensoriale** immersi nella natura per il risveglio di tatto, gusto, vista, olfatto, udito (45 min, 35 euro).

Durante la settimana ci saranno diversi momenti di condivisione individuale con i professionisti per la valutazione dell'esperienza in corso. Mentre al termine della settimana si potrà richiedere un'ulteriore **consulenza di controllo** per il corretto **proseguimento anche a casa** del programma. Dall'alimentazione agli integratori naturali, all'attività fisica, fino alla parte emozionale (60 min. 120 euro).



foto di Hannes Niederkofler

La bellezza della Val Fiscalina, l'eleganza delle suite

Osservare un piano di alimentazione non è mai cosa semplice, ma l'ambiente circostante può fare la differenza. La **bellezza del paesaggio montano** che ospita il Bad Moos – Dolomites Spa Resort entra subito nel cuore. Mette **voglia di passeggiate** e offre la location ideale per rilassarsi. Il territorio incontaminato della Val Fiscalina, la sorgente d'acqua, l'aria pura e frizzante, il sole primaverile. E ancora gli **impianti di risalita** appena fuori dall'hotel, che permettono di arrivare in pochi minuti in quota.

All'interno tutto è raffinato ed elegante, all'insegna di **charme e comfort**. Le **suite**, in primis quelle appena rinnovate, coccolano gli ospiti con toni naturali e linee essenziali, **arredi di design e dettagli di pregio**. Il **camino di ultima generazione**, tecnologico e avvolgente allo stesso tempo, la **vasca ovale in camera** posizionata davanti alla vetrata. Ma soprattutto il panorama mozzafiato sulle Tre Cime, patrimonio dell'umanità Unesco. È sicuramente **la location ideale per un programma detox!**

Elena Cogo per Ufficio Stampa



foto di Hannes Niederkofler

INFORMAZIONI

www.badmoos.it

ARTICOLI CORRELATI

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/alberghi-location/acqua-solfata-al-bad-moos-dolomites-spa-resort/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/alberghi-location/escursioni-al-bad-moos-dolomites-spa-resort/>