

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](http://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/>