

Terme Euganee e l'Hotel Ermitage. **Primavera alle Terme**, per ritrovare benessere e salute dopo i freddi mesi invernali. È questo, quando la natura si risveglia, il periodo più dolce per trarre il massimo dei benefici dalle acque e dai fanghi termali, con il loro potente potere terapeutico, disintossicante, antalgico. Le **Terme Euganee**, fra **Abano Terme** e **Montegrotto**, in provincia di Padova, sono la cornice ideale per una settimana all'insegna della salute o per un long weekend di prevenzione e benessere. Immerse nel **verde dei Colli Euganei**, tappezzate di vigneti da cui provengono pregiati vini e da fitti uliveti, costellate da **incantevoli borghi** sono **l'area termale più grande d'Europa**. Un vero e proprio **mondo di benessere naturale**, circondato dalle più belle città d'arte del Veneto, da Padova a Venezia.

L'area termale più grande d'Europa alle Terme Euganee

Le **Terme Euganee**, perfettamente attrezzate e con una rinomata tradizione di ospitalità, sono un unicum nel Vecchio Continente. Tutto ciò grazie alla **prodigiosa acqua termale** che sgorga naturalmente dal sottosuolo a 87° C. I suoi benefici erano sfruttati fin dal periodo romano. Ci vogliono quasi 30 anni di silenzioso fluire sottoterra, a 3.000 metri di profondità, perché si arricchisca via via di sali minerali fino a diventare acqua salso-bromo-iodica ipertermale e risalga nei pozzi termali della zona. Calda, ricca, piacevole e terapeutica, l'acqua termale viene utilizzata per la **maturazione del fango, per le terapie inalatorie, nei bagni termali e nelle piscine dei numerosi hotel**. L'acqua del bacino euganeo ha proprietà terapeutiche, antalgiche ed antinfiammatorie scientificamente certificate. In base alle più recenti ricerche, rafforza le difese immunitarie prevenendo molte patologie osteo articolari connesse con

l'invecchiamento e lo stile di vita.



Il Benessere naturale integrato a Terme e Medicina all'Hotel Ermitage di Abano alle Terme Euganee

Chi vuole trascorrere un periodo rigenerante all'insegna del vero **benessere naturale**, del relax, dell'attività motoria en plein air, nello storico e raffinato **Ermitage Medical Hotel di Abano**, può ritagliarsi la propria **vacanza termale su misura**. **Si può trasformare** il soggiorno in un percorso di salute altamente qualificato e totalmente personalizzato. L'assistenza medico specialistica è garantita da un'equipe medica multidisciplinare. Tutti i servizi sia di salute (convenzionati con il SSN e quindi rimborsabili) che di benessere, sia termali che di diagnostica e medicina fisica e riabilitativa, sono interni al resort e perfettamente integrati con l'ospitalità alberghiera. Il complesso ha **25.000 mq di estensione** fra albergo e parco. Oltre 1000 mq di **piscine termali naturalmente calde e aperte tutto l'anno** con circuito relax e giochi d'acqua.



La comodità dello Stabilimento

interno alle Terme Euganee e all'Hotel Ermitage

L'hotel ha **3 sorgenti termali**, da cui sgorgano oltre 10.000 litri d'acqua al minuto alla temperatura di oltre 80 C°. Le acque salso bromo iodiche sono il cuore dell'attività dello **Stabilimento termale interno**, dedicato al fango balneoterapia. **Integralmente naturale**, l'**argilla bio-termale** utilizzata dall'Ermitage proviene da un laghetto situato poco lontano, ad Arquà Petrarca. La sua maturazione in acqua termale dura almeno 60 giorni e gli conferisce le caratteristiche chimico-fisiche che lo rendono terapeutico, indicato per la cura e la prevenzione di dolori e invecchiamento osteo articolare.

E' inoltre capace di favorire un **salutare risveglio metabolico** con effetti detossinanti ed antiedemigeni utilizzati nei programmi di salute preventiva e fitness di Ermitage. In piscina si possono seguire **sedute di idro-chinesi terapia** e programmi individuali di riabilitazione dedicati al recupero della funzione motoria e al riequilibrio posturale. Il tutto viene erogato sotto stretto controllo medico secondo criteri di evidenza scientifica, integrato con fitness e nutrizione e le più moderne terapie fisiche di tipo strumentale secondo i bisogni individuali di ogni singolo cliente.



Settimane e weekend di salute ad Abano, parte delle Terme Euganee,

all'Hotel Ermitage

Secondo la disponibilità di tempo ogni cliente può scegliere il proprio programma di vacanza e salute ad indirizzo riabilitativo o preventivo grazie ai pacchetti settimanali o dedicando il proprio tempo a relax e check up in un week end o in un long week end quando dispone di poco tempo. Il **Programma Termale Dolce**, ad esempio, è l'ideale per la cura e la prevenzione naturale di dolori ed infiammazioni osteo-articolari. Una salutare settimana dedicata alla terapia termale classica con il corollario di un'alimentazione sana, gustosa e calibrata, e con la possibilità di seguire, volendo, anche un regime detox o vegano (a partire da 1.130 € soggiorno e trattamenti termali inclusi). A fango-balneo terapia e inalazioni si può accedere con il solo pagamento del ticket previa presentazione di impegnativa SSN.



Programma fit per migliorare lo stile di vita all'hotel Ermitage alle Terme Eugane di Abano

Integrando terme e medicina specialistica grazie al **Programma Fit** è possibile prevenire le malattie metaboliche e dello stile di vita. Si può migliorare il quadro lipidico, aumentando la capacità aerobica e riducendo in modo duraturo ed efficace i livelli di sovrappeso e grasso viscerale; i cicli di fango-balneo-terapia e massoterapia sono abbinati ad un programma nutrizionale e cardio fitness personalizzato secondo età e livello di fitness.

Inoltre le esigenze specifiche dell'ospite ed i risultati raggiunti sono misurati il primo e l'ultimo giorno attraverso un check cardio vascolare. Questo include analisi antropometriche, metaboliche ed ematochimiche. Il primo effetto visibile è un dimagrimento equilibrato e stabile. Ma ancor più utile è aver educato il cliente ad un corretto stile di vita che lo accompagni dopo il rientro a domicilio. Tutto ciò per proseguire nell'ottenimento di migliori risultati, grazie alla semplicità di un metodo 'learn by doing', sperimentato comodamente in vacanza.



Il Benessere naturale integrato a Terme e Medicina alle Terme Euganee di Abano

Per chi ha poco tempo, è stato messo a punto il programma **Otium**. Di breve durata (3 notti) ma efficace per il benessere muscolare e il rilassamento profondo. Include consulenza medica e trattamenti masso-fisioterapici sia in palestra che in acqua termale (3 notti in pensione completa trattamenti inclusi da 760 €). O ancora i **Weekend Check Up** dedicati al benessere del cuore o del respiro. Oltre al soggiorno includono i servizi di diagnostica ecografica e di laboratorio e la consulenza medico specialistica. Comodamente in vacanza, senza attese, con tutto il confort garantito dal resort termale (da € 760 soggiorno e servizi medici inclusi).

Novità 2025, da quest'anno per chi lo desidera in sede di check up sarà possibile **valutare la propria età biologica in**

modo diretto. Si può fare con il supporto di un **innovativo software di intelligenza artificiale** in grado di interpretare oltre 40 parametri ematochimici. Ermitage Medical Hotel, primo albergo medicale italiano è partner istituzionale delle migliori assicurazioni salute. Con loro opera in regime di convenzione diretta. E' impegnato in attività continuative di ricerca scientifica in ambiente termale in collaborazione l'Università degli studi di Padova.



Ad Abano sport e vita attiva nel Parco naturale dei Colli Euganei

I benefici delle cure termali vengono potenziati da attività e sport all'aria aperta, nello scenario incontaminato del **Parco naturale dei Colli Euganei, Patrimonio Umanità Unesco.** Le salite e le discese, i sentieri che tagliano i boschi sono la palestra ideale per appassionati di **trekking, corsa, bicicletta da strada, mountain bike** o per chi vuole semplicemente fare delle belle **camminate.**

L'hotel dispone di bike e e-bikes anche a pedalata assistita. Per chi non se la sente di affrontare sulle due ruote le pendenze delle colline c'è un anello ciclabile di 64 km di lunghezza. Permette di visitare le **bellezze storiche-culturali della zona:** il **Giardino di Valsanzibio, Villa dei Vescovi a Luvigliano di proprietà del Fai, il Castello del Catajo, il Castello e la Rocca di Monselice, la casa del Petrarca** nel bellissimo borgo di **Arquà Petrarca, la medievale abbazia di Praglia,** solo per citarne alcuni.



INFORMAZIONI:

<http://www.visitabanomontegrotto.com>

ARTICOLI CORRELATI:

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/alberghi-location/sapori-e-memorie-itinerario-enogastronomico-in-veneto/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/alberghi-location/bike-tour-in-veneto/>