

Boschi, pascoli e le vette di un incontaminato microcosmo alpino: questa è l'essenza della **Val di Fleres**, a due passi dalla cittadina di **Vipiteno**. In questa splendida valle si trova il **Feuerstein Nature Family Resort**, in un magnifico angolo di [Alto Adige](#): una struttura intimamente connessa con il territorio. Anche le proposte wellness attingono direttamente alle forze naturali del luogo che sono impiegate in trattamenti naturopatici ispirati agli antichi saperi dei popoli alpini.



Feuerstein Nature Family
Resort-Val di Fleres-
Brennero-Bolzano

Quarzite argentea: dalle Dolomiti al Feurstein Nature Resort

Questo succede nei trattamenti che utilizzano la **quarzite argentea**, rara pietra silicea estratta nella vicina **Val di Vizze**, che contiene altrettanto rari e preziosi cristalli di minerali quali lo zircone, il titanio e il rutilo. Questa pietra è ideale per massaggi energetici, tonificanti e alcalinizzanti.

La quarzite argentea è un autentico concentrato di energie primordiali che, nella **Mountain Spa del Feuerstein**, si trasfonde in un **rituale di purificazione**, liberando e attivando i centri di energia e stimolando il metabolismo. Tutto viene combinato con un delicato massaggio lungo tutto il corpo con la pietra riscaldata.



Feuerstein Nature Family
Resort-Val di Fleres-

Per raggiungere uno stato di profonda calma

Si inizia dalla pianta dei piedi, si effettua così un trattamento pluri-sensoriale che prevede anche l'antica pratica della fumigazione (ovvero l'inalazione dei profumi sprigionati dalle essenze alpine) ma anche l'ascolto di canti mistici e suoni del tamburo e del monocordo appositamente composti. Si può raggiungere così uno stato di profonda calma, mentre il corpo si ricarica di nuove energie, sciogliendosi da contratture e tensioni.

Tra i diversi trattamenti specifici effettuabili con la quarzite argentea, il **Mineral feet detox**, ovvero l'alcalinizzazione dei piedi fortemente sollecitati, ideale a purificarne il tessuto iperacido. Si effettua la fumigazione al ginepro di montagna, si fanno delle stimolazioni tramite cuscineti alle erbe selvatiche, un pediluvio tradizionale a temperatura crescente e un massaggio energetico degli arti inferiori con effetto di peeling basico.



Feuerstein Nature Family
Resort-Piscina-Val di
Fleres-Brennero-Bolzano-Foto
Alex Filz

Una postura eretta con i massaggi della Spa

Mentre, per chi pratica attività sportive, è indicato il

Mineral sport detox, per liberare muscoli e tessuto connettivo dagli acidi e remineralizzare il corpo, trattamento eseguito con fumigazioni alle essenze alpine e massaggi mirati con la preziosa e taumaturgica roccia.

Ma c'è anche **Salda quercia**, una manipolazione pressoria con la quarzite argentea perfetta per sciogliere le contratture della schiena, rendendola più flessibile e favorendo così una postura eretta e dinamica.

Per maggiori informazioni sulla quarzite argentea:
www.silberquarzit.com.



Feuerstein Nature Family
Resort-Piscina-Val di
Fleres-Brennero-Bolzano-Foto
Alex Filz

La Spa: fiore all'occhiello del resort

La grande **Mountain Spa (3000 m²)**, vero e proprio fiore all'occhiello del **Feuerstein**, si ispira a un concetto olistico di benessere in sinergia con le energie primordiali che sprigionano dalle risorse naturali alpine, utilizzate in svariati trattamenti personalizzati per gli ospiti, bambini compresi. A contatto con la natura, le famiglie "ricaricano le batterie" grazie all'influsso benefico di un ambiente alpino energetico e puro come quello della **Val di Fleres**.

Uno di questi trattamenti è quello ricostituente per il viso **Incantevole fiore di campo**. Si massaggia il viso con con un

massaggio stimolante a base di tamponi ai fiori alpini. Si favorisce così la naturale capacità rigenerativa della pelle. Il trattamento **Leggera brezza alpina**, che consiste in una manipolazione per capo, nuca e spalle agli estratti di erbe aromatiche e officinali, è indicata per liberarsi dalle contratture causate dallo stress. **Soffice terreno di bosco** è un rituale per il completo benessere del piede che dona una piacevole sensazione di leggerezza. **Alpeggio aromatico** è un bendaggio del corpo con fango alpino utile a favorire la circolazione e a rafforzare il tessuto connettivo.



Feuerstein Nature Family
Resort-Piscina-Val di
Fleres-Brennero-Bolzano-Foto
Alex Filz

Anche i più piccoli hanno una loro area dedicata

Un'area della spa è dedicata interamente ai bambini. Anche per loro sono a disposizione una serie di trattamenti per il benessere a base di oli aromatici e delicate manipolazioni ed erbe officinali.

Anche nella zona saune c'è una particolare attenzione alle famiglie. A disposizione degli adulti, in una vasta superficie su tre piani, il benessere del **bagno turco**, della **sauna al pino cembro** e della **sauna finlandese**.

I bambini, insieme a mamma e papà, possono accedere alla **Family Sauna** del Feuerstein, appositamente studiata per vivere un'intensa vicinanza pelle a pelle con i propri piccoli nella benefica interazione del calore, del vapore e del discreto aroma del legno. Non si tratta solo di un'esperienza rilassante, ma di un trattamento purificante utilissimo per

rinforzare le difese immunitarie e favorire il decongestionamento delle vie respiratorie. E se poi i genitori vogliono concedersi qualche momento di intimità spirituale, mentre i figli sono assistiti e seguiti da personale qualificato, a disposizione c'è lo splendido **Yoga Loft panoramico**, che si compenetra, grazie a un'ampia vetrata, nella pace dello scenario alpino circostante.

INFORMAZIONI:

<https://www.feuerstein.info/it/>

ARTICOLI CORRELATI:

<http://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/vacanze-in-alto-adige-idee/>

<http://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/quattro-gioielli-alto-adige/>

<http://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/orchideenwelt-tropici-alto-adige/>