



Hotel Cristallo- piscina

Come dicevano i nostri antenati latini **“mens sana in corpore sano”**: una corretta alimentazione, attività fisica e riposo sono i parametri principali da tenere in considerazione per uno stile di vita volto sia a preservare che a raggiungere un equilibrato stato di salute e benessere.

Il **Cristallo Hotel Spa & Golf**, da sempre attento a cogliere le esigenze specifiche di ogni ospite, ha ideato il programma speciale **Coach della Salute** con l'obiettivo di offrire un'esperienza unica e aiutare a ritrovare armonia, equilibrio e benessere.

Un progetto realizzato grazie alla collaborazione tra lo staff del **Cristallo Hotel Spa & Golf** e medici e ricercatori provenienti da differenti atenei universitari, che hanno dato origine alla **Fondazione Scienze della Salute (FISS)**.

Il Coach della Salute seguirà il cliente durante tutto il soggiorno all'Hotel Cristallo ed anche dopo, in quanto resterà in contatto e a disposizione in modo da seguirlo e monitorarlo periodicamente.

Il Coach della Salute è un professionista con competenze trasversali, che spaziano dalla fisiologia umana alle scienze motorie fino all'alimentazione; competenze che gli permettono di strutturare un percorso benessere “tailor-made” basato sulla corretta alimentazione, l'attività fisica, il riposo e i giusti trattamenti spa.

Il primo passo di questo percorso è proprio l'incontro con il Coach, che eseguirà una **valutazione nutrizionale** per ideare un percorso personalizzato ed equilibrato tra attività fisica e alimentazione. La seconda fase del percorso sarà dedicata all'**attività fisica quotidiana** da praticare all'interno e all'esterno dell'Hotel, tra palestra attrezzata e sport da sperimentare immersi nel paesaggio inimitabile delle Dolomiti. Il Coach della Salute, infine, darà indicazioni su come

dormire bene e riposare in maniera adeguata a seconda delle diverse fasce d'età, e segnalerà agli ospiti i trattamenti più idonei per ritrovare energia all'**Ultimate Spa Transvital** del Cristallo.



Hotel Cristallo-
trattamento in SpA

CRISTALLO HOTEL SPA & GOLF: Tradizione, Lusso e Benessere ad alta quota

Il paesaggio è quello suggestivo ed emozionante delle Dolomiti. Qui, nel cuore di Cortina d'Ampezzo, la più esclusiva tra le località alpine, sorge il **Cristallo Hotel Spa & Golf**, un sogno tra passato e presente. Inaugurato nel 1901, il **Cristallo Hotel Spa & Golf** è una storica struttura a cinque stelle Lusso, appartenente a quel ristretto gotha di alberghi che può vantare tra i propri ospiti affezionati le personalità più significative del '900. L'antico palazzo è stato completamente ristrutturato: un sapiente lavoro di Interior Design, frutto di lunghe e minuziose ricerche, offre oggi un suggestivo gioco di prospettive interne declinate nelle tenui tinte pastello tipiche del gusto neoclassico nordico di Gustavo III di Svezia. Il perfetto connubio di luxury e comfort ha valso al Cristallo il prestigioso riconoscimento internazionale dei World Travel Awards 2005, 2006, 2007, 2009 e 2010 che per ben cinque volte lo hanno proclamato miglior Ski Resort d'Italia e nelle edizioni 2007 e 2009 anche miglior Ski Resort d'Europa. Insignito, anche, del rinomato Seven Stars and Stripes Award 2011 con una doppia menzione sia per l'ospitalità di lusso, ricevendo sei stelle su sette, sia per la Cristallo Ultimate Spa. Scegliere il **Cristallo Hotel Spa & Golf** per il relax, per una vacanza a cinque stelle lusso o per meeting di alto livello significa entrare in un mondo di privilegi e di lusso senza compromessi, immersi in un'atmosfera fin de siècle dove vivere l'incanto di

suggerzioni e momenti ineguagliabili. Lo stile unico, lo charme raffinato, caldo e avvolgente del Cristallo, si ripete nelle 74 camere di cui 22 suite, diverse una dall'altra.



Hotel Cristallo- facciata

La peculiarità delle finiture e degli arredi, unitamente all'esclusività dei servizi, regalano il sogno dell'atmosfera fiabesca del XVIII secolo, coinvolgendo tutti e cinque i sensi: profumi, aromi, colori, luci e dettagli. La struttura offre ai propri ospiti una **piscina coperta** affacciata sulle Tofane, dove in ogni stagione è possibile ammirare l'incomparabile paesaggio, per un relax che avvolge il corpo e la mente. Un **thermarium** e un **solarium** arricchiscono la permanenza al **Cristallo** di esperienze indimenticabili. Dedicato a una clientela d'élite, il **Cristallo Hotel Spa & Golf** offre l'ambiente più esclusivo e le strutture più sofisticate per un soggiorno indimenticabile e per una totale *rémise en forme* psicofisica. Qui tradizione e stile si coniugano perfettamente per dare vita ad un'oasi di relax ad alta quota, con il meglio di quanto la tecnologia e la ricerca dermo-cosmetica possano offrire. Il **Transvital Swiss Beauty Center** propone ai più raffinati cultori del relax e della cura del corpo esperienze esclusive: programmi mirati per la prevenzione e cura dell'invecchiamento cutaneo e massaggi eseguiti da mani esperte permettono di riscoprire a Cortina il piacere della propria bellezza. Una Spa di altissimo livello in cui veri professionisti della bellezza operano in modo sinergico, con competenza e precisione, avvalendosi dei preziosi trattamenti Transvital, frutto della più avanzata ricerca cosmetica svizzera. Per completare l'offerta di benessere psico-fisico, il **Cristallo FitWell Club** è un club fitness extralusso ed esclusivo, aperto anche ai clienti esterni del **Cristallo Hotel Spa & Golf** che possono divenire soci tramite una speciale tessera emessa in edizione limitata. Uno spazio di ultima generazione in grado di offrire servizi

di altissimo livello: attrezzature d'avanguardia con cui seguire programmi di allenamento completi, flessibili e personalizzati, studiati per ogni ospite dai Personal Trainer e percorsi integrati di fitness e beauty per massimizzare i risultati sia salutistici che estetici dell'attività fisica. In questa cornice da sogno, un soggiorno al **Cristallo Hotel Spa & Golf** farà nascere nei propri ospiti il desiderio di restare, la nostalgia di andarsene, la certezza di tornare.