

# LA 'TERRA VERDE' PER UNA VACANZA CON LA 'V' MAIUSCOLA

## LA 'TERRA VERDE' PER UNA VACANZA CON LA 'V' MAIUSCOLA



Sentiero dei narcisi-  
Slovenia

Quant'è vicina la **Slovenia**? Molto. Quanto può riservarci di nuovo? Tanto. Quanto costa? Poco. A chi cerca una meta a portata di mano e di tasca, con un'impronta decisamente 'green', la Slovenia è la meta ideale. Servizi di ottimo livello ad un costo accessibile, natura incontaminata e grande cura per l'ambiente e le attività *en plain air*.

Il Paese ha una vocazione turistica anche se – per fortuna – non inflazionato da folle vocianti, ma preferito da chi cerca nella semplicità di un panorama mozzafiato la pace dei sensi. Sensazione amplificata piacevolmente dalle strutture termali presenti in gran numero e tutte ottime, dalle **Terme Krka** a quelle di **Čatež**, solo per citarne alcune, ideali per una [remise en forme](#) dopo un'escursione più o meno impegnativa.



Terme di Krka-Slovenia

## Programmi personalizzati alle Terme Krka

Alle **Terma Krka**, da vari decenni ormai, si offrono servizi di

eccellenza e un approccio personalizzato verso ciascuno nei clienti. Grazie una ricca offerta di servizi medici e wellness, di servizi ristorativo-alberghieri, sportivo-ricreativi e di vacanze e relax, ci si adopera affinché gli ospiti possano vivere una vita più serena, più creativa, più sana. Le Terme Krka vantano una lunga tradizione nel settore termale, anche se l'attività principale si concentra soprattutto nella riabilitazione medica. Sono stati creati appositamente per i clienti numerosi programmi che permetteranno di compiere i primi passi sulla strada verso la salute, il benessere, il relax e la bellezza.

Le **Terme Čatež** sono il luogo di relax e divertimento. Sia d'inverno che d'estate offrono un divertimento acquatico unico e danno gli effetti rilassanti della calda acqua termale tutto l'anno.



Terme di Krka-Slovenia

## **Cure effettuate sotto la guida di esperti**

Nel pieno di una natura idilliaca sono una partenza ideale per le gite familiari, svariate attività sportive ed un tipo di vita in natura leggermente diverso da quello a cui siamo abituati. I romani, storicamente noti per la vita di godimento e la loro visuale edonistica del mondo, erano assai inclini alle acque termali. Possiamo presupporre che, magari, la storia delle Terme di **Čatež** risalga già a quel periodo... assai prima del 1797 come viene citato nel **Lessico del Ducato di Drava**.

Gli effetti curativi documentati delle acque sono la base di tutte le terapie applicate nel centro salute. I programmi sono applicati individualmente sotto stretto controllo di una

equipe degli esperti. E, a proposito di escursioni, c'è l'imbarazzo della scelta. Dalle più impegnative a quelle di media montagna, dal **Sentiero della Pace all'Alta Valle del Sava con Granjska Gora**, dalle **Alpi Giulie al Sentiero dei Pastori di Begunje** dove provare pietanze caserecce nei rifugi, tutti percorsi ben segnalati e con pannelli informativi in inglese.



Terme di Catez-Slovenia

## Amore per la natura

Il sentiero dei pastori di Begunje è un'ottima scelta per gli alpinisti tenaci in cerca di panorami affascinanti. Potete completare il sentiero salendo sulla cima Veliki vrh Begunjščice. Il sentiero circolare inizia nella valle Draga e dopo avere toccato vari rifugi il sentiero scende a valle passando i pascoli Poljška planina e Planinca e termina nella valle Draga.

La Slovenia è sinonimo di amore per il movimento nella natura, innato negli sloveni. Da ogni città o villaggio si possono scorgere le colline verdi o le vette alpine e quasi tutti gli sloveni amano indossare gli scarponi e gioire tra i monti.

C'è un interessante sentiero circolare – detto **Dei Narcisi** – che conduce ad un esteso terrazzo erboso sotto una parete carsica, fin sotto il confine con la Croazia.



Terme di Catez-Slovenia

# Slovenia: spettacolo della natura

La montagna **Golica** ha una caratteristica tutta sua: le sue pendici, in particolare nella vallata di **Planina pod Golico**, nei mesi di maggio e giugno, si ricoprono di bianco, non dalla neve, ormai sciolta, ma da centinaia e centinaia di splendidi narcisi che creano uno spettacolo davvero unico ed imperdibile. Un paradiso non solo per gli amanti del trekking, ma anche per i più pigri che si vogliono godere uno splendido spettacolo della natura, difficile da vedere altrove. Il percorso è arricchito da immagini pittoresche nonché dalla genuina cordialità degli abitanti della zona.

E per chi ha bisogno di un periodo detox, c'è il **'wellness medico'**, ovvero programmi di purificazione o dimagrimento mirati con analisi tissutale e calcolo dell'età metabolica, dove sperimentare come – cambiando le proprie abitudini di vita anche solo per una vacanza – si ottengono risultati tangibili (che, ovviamente, sta poi a noi mantenere).

Per migliorare la qualità della vita, almeno per il tempo di una vacanza, basta una terra sana e autentica come questa dove la natura è l'elemento preminente in ogni contesto, e dove la semplicità dei gesti e del respiro si fonde spontaneamente con l'ambiente circostante.

***Maria Vittoria De Matteis***

**LEGGI ANCHE:**

<http://www.ilviaggiatore-magazine.it/alberghi-location/central-hotel-lubiana-slovenia/>

<http://www.ilviaggiatore-magazine.it/benessere-salute/rimske-terme-romane-natura/>