

veryelle spa

Per una remise en forme fisica e mentale, la nuova tendenza è il beauty guru dedicato. Ecco i migliori indirizzi con wellness coach, trainer d'eccezione, esperti di musicoterapia, medicina olistica e cinese. Vista mare

di MARIANGELA ROSSI

Piaceri personali

L'ultima frontiera wellness, che già spopola negli States e in alcune destinazioni caraibiche, è arrivata anche in Italia: la spa diventa una palestra mentale ed emozionale. Con un guru d'eccezione: il personal coach.

Yoga a Mauritius

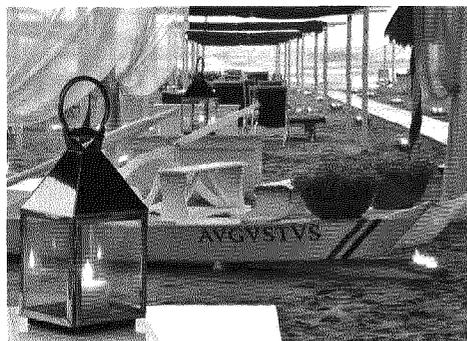
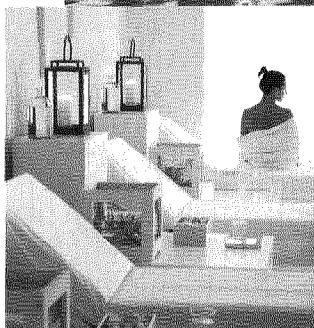
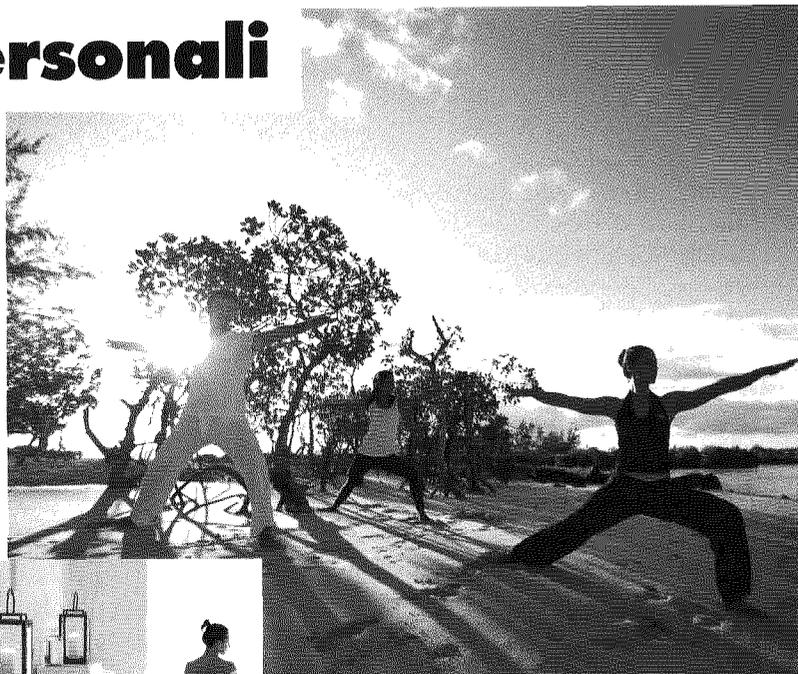
Il Constance Le Prince Maurice è un tranquillo angolo tropicale a Mauritius. Nella spa by Sisley, oltre ai soin naturali e ai trattamenti ideati dal foot guru Brice Nicham, la novità sono le sessioni fitness guidate da Isabelle Lamant. Alla base dei suoi *retreats* in giro per il mondo, un sapiente equilibrio tra danza, yoga Vinyasa e Ashtang.

La coach Isabelle Lamant fitness & yoga guru.

Per inf. Constance Le Prince Maurice, Poste de Flacq (Mauritius). Tel. +230 2304023636, www.princemaurice.constancehotels.com. Con Viaggidea, www.viaggidea.it, 7 giorni in mezza pensione in Junior suite, volo Emirates dall'Italia, trasferimenti, a partire da 2.690 euro per persona in doppia (sino al 15 settembre). Offerta per le lettrici di Very Elle Beach Sconto del 25 per cento a chi prenota un trattamento nella spa entro le ore 15; un prodotto naturale beauty Spa de Constance all'arrivo (sino a settembre).

Soin al Forte

Buen retiro estivo della famiglia Agnelli per oltre trent'anni, oggi l'ex dimora di Forte dei Marmi



Dall'alto. Sessione di yoga a Mauritius; uno scorcio della Vair spa a Savelletri di Fasano (Brindisi). A destra. L'Augustus Beach di Forte dei Marmi.

è diventata un relais esclusivo, l'Augustus Lido. Se l'albergo "gemello", l'Augustus Hotel & Resort, ha al suo interno una spa, l'ex residenza Agnelli propone un relax insolito: l'Augustus Beach. Un beach club con piscina d'acqua salata, postazione per soin benessere e - novità 2013 - lo Yogafit sulla spiaggia. Che unisce stretching a posizio-

ni di Ashtanga e Hatha Yoga.

Il coach Marco Basso, specializzato in posturologia, riabilitazione, antropologia dell'allenamento e yoga.

Per inf. Augustus Lido Hotel, Forte dei Marmi. Tel. 0584 787442, www.augustus-hotel.it. In maggio doppia a partire da 200 euro in b&b per due. Offerta per le lettrici di Very Elle Beach Upgrade e sconto del 20 per cento sulla spa. Prenotazioni: info@augustus-hotel.it (codice ELLE2013).

veryelle spa

Armonia ai Caraibi

Sono le sorelle Andrea e Christina Curry, guru dello yoga, a condurre il ritiro che si svolge dal 24 al 28 giugno 2013 a Parrot Cay, isola privata a Turks and Caicos, nel nord dei Caraibi. Il resort, dove svernano nelle loro ville celebrities come Donna Karan e Bruce Willis, ha nella Shambala Spa, "luogo di pace e armonia", il suo fiore all'occhiello, come fortemente voluto da Christina Ong, proprietaria dei Como Hotels. Un santuario di benessere dove mente, corpo e spirito sono nutriti con terapie naturali.

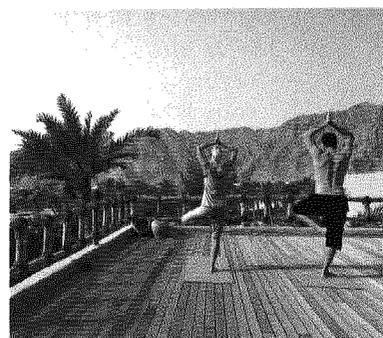
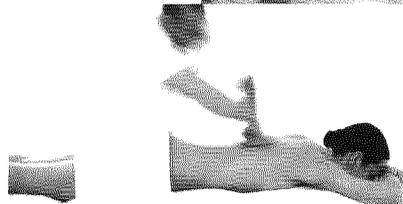
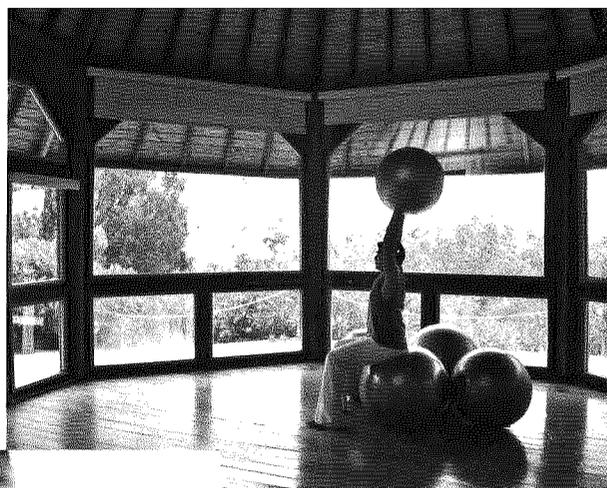
Le coach Andrea e Christina Curry, esperte di yoga Vinyasa.

Per inf. Parrot Cay, Turks and Caicos Islands. Tel.001 649 946, www.comoshambala.com. Retreat yoga: 6 notti, prima colazione, pranzo e cena Como Shambala menu, 4-5 ore al giorno di yoga, transfer, da circa 4.000 euro a persona in camera singola e da circa 6.500 euro per due. Offerto per le lettrici di Very Elle Beach Uno sconto del 10 per cento sulla prenotazione del retreat yoga (codice Elle Beach 2013).

Idillio in Puglia

«L'arte del massaggio e la psiche sono inscindibili», sostiene la psicologa Claudia Orsolini, terapeuta della Vair Spa, a Borgo Egnazia. Nel team opera anche un esperto in musicoterapia *Nu suun Vair* (un suono vero) che aiuta a riconciliarsi con se stessi. Idilliaca la Vair Experience: "Aquann", nella vasca salina, abbinata a "Lemme" (temporale), nelle terme romane, gestita dalla psicologa-massaggiatrice. **I coach** Claudia Orsolini, psicologa e massaggiatrice, e Gianni

A destra. Il Pilates Pavilion al Parrot Cay di Turks and Caicos. Sotto. Un massaggio detox nella spa ischitana del Regina Isabella. Yoga sul tetto nella Six Senses spa in Oman.



Rotondo, musicoterapista.

Per inf. Vair Spa, Borgo Egnazia, Savelletri di Fasano (Brindisi). Tel. 080 2255000, www.vairspa.com. Una notte in b&b a 175 euro a persona. Offerta per le lettrici di Very Elle Beach Sconto del 10 per cento sul prezzo della camera sino al 13 giugno e dal 9 settembre al 31 dicembre, oltre a un omaggio beauty Vair Spa. Vair Experience con psicologo in esclusiva per le lettrici a 220 euro.

Detox a Ischia

Una pausa rigenerante a Ischia, tra i benefici dei fanghi e delle acque termali del Regina Isabella, hotel pieds dans l'eau più famoso dell'isola. Quest'anno il plus è la consulenza di medicina preventiva della dottoressa Maria Gibilaro, accompagnata a una dieta ad hoc studiata da Pasquale Palamaro, stella Michelin del ristorante gourmet. **La coach** Maria Gibilaro, specializzata in gastroenterologia, medicina cinese e agopuntura. Per inf. L'Albergo della Regina Isabella, Lacco Ameno, Ischia. Tel. 081 994322, www.reginaisabella.it. Programma Detox e Slimming: 7 notti in pensione completa, dieta ad hoc, 10 soin corpo con fanghi, 6 percorsi Kneipp, un'ora al giorno con

personal trainer, da 2.250 euro a persona. Offerta per le lettrici di Very Elle Beach Un massaggio estetico in omaggio il giorno dell'arrivo.

Oman olistico

La spa del Six Senses Hideway Ziggy Bay, in Oman, ha fatto dei guru di benessere olistico il suo cavallo da battaglia. Con clienti come J. Lo, Demi Moore e Hugh Jackman. In attesa dell'arrivo di Lynne Robison, che la modella Sophie Dahl definisce «una sacerdotessa del Pilates». **I coach** Steve Harvey, Life & Relationship Coach, operatore olistico, e Lynne Robinson, direttore di Body Control Pilates. Per inf. Six Senses Hideway Ziggy Bay, Oman. Tel. 00986 2673 5555, www.sixsenses.com. Pacchetto De-Stress, con 3 notti in b&b, in villa con piscina, 2 healthy drinks, da 5.300 euro per due. Offerta per le lettrici di Very Elle Beach Una consulenza con Steve Harvey e una sessione con il trainer Daniel Serpa. **Mariangela Rossi**