



VIAGGI

di Rudy De Pol

BACI E CORIANDOLI IN UMBRIA

Rose rosse, cuori e baci appassionati quest'anno incontrano frittelle, maschere e coriandoli.

Calendario alla mano, il martedì grasso 2013, secondo la tradizione l'ultimo giorno di Carnevale, è il 12 febbraio e appena due giorni dopo le coppie innamorate festeggeranno con fiori e cioccolatini la festa di San Valentino.

È il periodo ideale per prendersi una vacanza nel cuore d'Italia, per lasciarsi andare all'atmosfera insieme romantica e carnevalesca tra i borghi medievali dell'Umbria. L'itinerario tra le strutture del Consorzio Umbria Benessere parte proprio da Terni, la patria di San Valentino.

E vicino a Terni, nel paesino di Melezzole, si trova una delle strutture del Consorzio Umbria Benessere tra le più dedite al wellness e alla salute: il Marc Mességué Health Center. Ideale per la coppia è il pacchetto "You and me" che prevede 3 giorni di relax nel maniero.

Il primo giorno arrivo alle 16 con cocktail di benvenuto, visita del Maniero e viaggio nel "Mio Relax" con maxy Hydro, bagno turco, joy dream, relax automassaggianti; a seguire la cena. Il secondo giorno, dopo la colazione servita in camera, coccole di benessere al pediluvio e acquagym, pranzo, massaggio You&Me e tempo libero nella Zona Aquae Amoena con cena e relax. Il terzo giorno colazione in camera, trattamento di bellezza in coppia, pranzo e partenza. Giunta alla tredicesima edizione, la manifestazione Carnevalandia anima e colora ogni anno le vie di Todi. Sfilate di carri allegorici, musica e maschere, banda e majorettes, laboratori e spettacolo pirotecnico per vivere la festa più allegra e divertente dell'anno.

Proprio di fronte alla bellissima città di Todi, sorge il Relais Todini del Consorzio Umbria Benessere, sulla sommità di un colle in un antico maniero del Trecento, un angolo di paradiso dove rigenerarsi dallo stress della città. Per chi vuole approfittare della festa del Carnevale per una sosta rilassante, il pacchetto "Note di sapori" propone: 1 notte per due persone in camera Classic con upgrade a seconda della disponibilità, prima colazione a buffet, aperitivo di benvenuto, cena à la carte. In cima a uno sperone di tufo sorge Orvieto, città dal fascino ineguagliabile.

Passeggiare mano nella mano tra le vie del centro storico, visitare il Duomo, gioiello dell'architettura gotica, scendere e risalire le scalinate del



Pozzo di San Patrizio profondo circa 62 metri e poi sosta rigenerante in uno dei locali che danno sulle piazze.

Per chi cerca benessere, nella località San Faustino sorge il Borgo San Faustino, struttura appartenente al Consorzio Umbria Benessere. Anche in questo caso un'attenzione per la coppia viene dal pacchetto "Fuga d'amore", comprensivo di 2 notti in suite o relais, aperitivo di benvenuto, 2 colazioni servite in camera e 2 cene a lume di candela.

Per concludere l'itinerario un tuffo nell'atmosfera di festa e colore del Carnevale delle Meraviglie di Assisi. Sfilate di carri con trampolieri, giocolieri, spettacoli di magia e body painting per bambini, oltre a musica, balli e laboratori creativi animeranno la seconda edizione del Carnevale.

A soli 5 km da Assisi, in località Tordandrea, si trova il Garden Resort & Spa San Crispino. Immerso nella campagna umbra, è il luogo ideale per abbandonarsi ad un sano riposo, ma allo stesso tempo è perfetto per visitare la vicina città. Si può scegliere ad esempio il pacchetto "Vivi Assisi, un tuffo nella storia" comprensivo di 2 notti con prima colazione, benvenuto in camera e "Assisi Citycard" che permette di girare liberamente la città di Assisi ed usufruire di sconti e agevolazioni su escursioni, visite guidate, servizio taxi, musei, ristoranti e shopping. **Info:**

www.umbriabenessere.eu





VIAGGI

di Rudy De Pol

UMBRIA: BENESSERE NEL CUORE VERDE D'ITALIA

E se a Natale anziché i monti scegliessimo il relax? Esploriamo, allora, l'Umbria e scopriamo la sua bellezza. Il "cuore verde d'Italia", così come viene chiamata questa regione, ha una vera e propria vocazione per il bello.

Dal paesaggio naturale, prevalentemente collinare e ricco d'acqua, con boschi, pascoli e terre coltivate ad arte; al patrimonio culturale, storico e artistico, risultato degli insediamenti di civiltà antiche, del fervore mistico del Medioevo e del Cristianesimo.

In questo ricco e straordinario contesto si inserisce il Consorzio Umbria Benessere - Club Vitae, un consorzio regionale che riunisce strutture ricettive interamente dedicate al benessere.

Residenze d'epoca, relais di charme, resort, agriturismo, country house, sporting center, hotel con beauty-farm, centro benessere e SPA. Sono 23 le strutture selezionate in grado di offrire prodotti e servizi di qualità mirati al raggiungimento del benessere a 360°.

Benessere che passa anche per natura e gusto.



Le strutture sono per la maggior parte immerse nella campagna, in un susseguirsi di colli e monti, boschi e prati, ulivi e viti, fiumi e torrenti, cascate e sorgenti, ma allo stesso tempo non sono mai troppo lontane dalle città d'arte e dai piccoli borghi medioevali che caratterizzano il paesaggio umbro.

Ogni località poi esprime la sua identità anche attraverso la gastronomia, le ricette e i prodotti tipici culinari. Per questo un viaggio in Umbria non sarebbe completo se non contemplasse anche il gusto, passando per i vini più noti, il pregiato olio e l'inconfondibile tartufo. Piatti genuini e regionali preparati con fantasia, originalità e leggerezza.

E poi Massaggi orientali e californiani, indiani e svedesi, arabi e caraibici. Rituali di bellezza per lui e per lei, di coppia, per gli sposi in luna di miele, per teenager, per donne in dolce attesa e per mamme. Trattamenti antistress, anticellulite, antiacne, anti-age, antirughe. Olio e vino, miele e cioccolato, burro di karité e zucchero di canna, alghe e spezie, albicocche e agrumi, avocado, orchidea e caviale.

Con ben 23 strutture dedicate, l'offerta wellness non potrebbe essere più completa e varia.

Fuori dalle Spa, silenzio e mondanità.

C'è Perugia, adagiata su un colle dall'andamento irregolare, il cui centro storico è delimitato dalle mura etrusche.

C'è il fascino ineguagliabile di Orvieto, isolata in cima a uno sperone di tufo. La magica e mistica Assisi, stretta dentro le sue mura, e Gubbio, con i suoi scorci medievali. C'è poi Spoleto incastonata come un gioiello nel verde e Todi, Città di Castello, Foligno, il Lago Trasimeno.

In queste città e borghi d'altri tempi, sono dislocate le strutture del Consorzio Umbria Benessere. Tra castelli e tesori archeologici, eremi silenziosi e luoghi di fede, ma anche negozi di design dove trovare pregiati oggetti d'artigianato, locali per il divertimento e le serate mondane.

Sono le mille facce di questa regione, posta al centro del Bel Paese, che sa offrire a ciascuno la propria vacanza ideale.

Info: Consorzio Umbria Benessere :www.umbriabenessere.eu