

BENESSERE

IN FORMA A CAVALLO

IL "BEACH BODY" SI CONQUISTA IN VACANZA. IN SARDEGNA, ALLA POSEIDONIA SPA CHE, AFFACCIATA SUL GOLFO DI ORISTANO, ALLEA TRATTAMENTI, PERCORSI BIOMARINI E PASSEGGIATE A CAVALLO PER UNA REMISE EN FORME GLOBALE.

MARINA
SANTIN



ARRIVA L'ESTATE E LE VACANZE SONO SEMPRE PIU VICINE. E con

loro, la prova costume, spauracchio di molti. Se abbiamo tenuto fede ai buoni propositi che puntualmente formuliamo all'inizio del nuovo anno, il problema non sussiste. Ma se, invece, non siamo poi stati così bravi e la nostra silhouette ci "tradisce", la soluzione c'è. E non è rinunciare alla spiaggia. Basta approfittare della pausa estiva per regalarsi una "remise en forme" che ci farà tornare in città abbronzati, riposati e, soprattutto, con il "beach body" che tanto desideriamo. Dove? Sull'isola più affascinante d'Italia, in Sardegna, all'Horse Country Resort di Arborea, immerso nella natura incontaminata e affacciato sul mare cristallino del Golfo di Oristano. Location esclusiva che dispone di piscine, hotel, ristoranti, spiaggia privata, centro equestre e villaggio western, vanta quale fiore all'occhiello il centro benessere Poseidonia Spa. Specializzato in trattamenti di talassoterapia e algoterapia propone esclusivi percorsi rigeneranti con piscine di acqua marina a differenti temperature, circuiti thalasso, sauna, bagno turco e un ricco carnet di soin per viso e corpo dai massaggi (da provare per ritrovare gambe leggere e snelle contrastandone i più diffusi inestetismi quello Linfodrenante e quello Anticellulite) ai fanghi dall'effetto drenante rassodante o dimagrante, passando per le "coccole" riservate al volto, dall'azione reidratante profonda o anti-età, ideali per neutralizzare gli effetti dannosi del sole, del mare e del vento restituendogli freschezza e radiosità. Ma non è tutto. L'Horse Country Resort, come svela il suo nome, ha per protagonisti anche i cavalli e sono proprio loro ad avere ispirato una speciale proposta della durata di una settimana che integra ai trattamenti beauty della Spa attività ed escursioni a cavallo per ottimizzarne i risultati. La cavalcata infatti, migliora la postura e permette la tonificazione di cosce e gambe coinvolgendo anche le braccia, il tutto senza fatica ma rilassandosi e lasciandosi guidare dagli splendidi destrieri lungo boschi e spiagge. Cosa prevede il pacchetto "In forma in sella"? Mirato a contrastare gli inestetismi della cellulite e a ridurre la circonferenza di vita, fianchi e cosce migliorando il tono muscolare, prevede lezioni alla corda in sella western con una fase di trotto leggero che crea una vibrazione capace di stimolare la circolazione, seguite da un percorso biomarino (vasche e idromassaggio) alla Spa e dal trattamento Lipoactive (massaggio rassodante e rimodellante anticellulite e applicazione di una maschera).



Horse Country Resort

Strada a Mare 24 n. 27 - 09092 Arborea (OR)
Info: Tel. 0783.80500, info@horsecountry.it
www.horsecountry.it