

# RILASSIAMOCI a Riccione

Immerse in una pineta affacciata sul mare, le Terme di Riccione aiutano a mantenere la nostra salute da duemila anni. E grazie alla nuova Spa, oggi tonificano il corpo e rigenerano la mente

di Elena Luraghi

È una combinazione unica: una pineta secolare che divide l'Adriatico da quattro antiche fonti di acqua termale che, seguendo un lungo viaggio sotterraneo, dalle colline dell'entroterra sgorgano a Riccione. Il luogo perfetto per una pausa dallo stress, fra aria benefica, passeggiate sulla spiaggia e "un'immersione" nelle vasche di Riccione Terme: ideali se soffriamo di allergie, affezioni cutanee e alle vie respiratorie, intestino pigro e patologie osteoarticolari.

## PERFETTE PER I BAMBINI

Note già nel 62 a.C., le terme di Riccione sono ricche di zolfo, iodio, magnesio, bromo e cloruro di sodio, sostanze che contrastano le infiammazioni, riequilibrano cuore e intestino, rilassano e combattono la ritenzione idrica. E danno vita a trattamenti come la *Fangobalneoterapia* (per chi soffre di discopatie, reumatismi, artrosi) da abbinare a uno o più massaggi, per migliorare la circolazione sanguigna e linfatica (da 29 €). E se i nostri bambini soffrono d'asma, bronchite e di disturbi respiratori causati dall'inquinamento, qui troviamo un

reparto pediatrico inalatorio dove diagnosi e cure si intrecciano con proposte di giochi e fiabe. Inoltre, a tutti i piccoli ospiti viene regalato un biglietto d'ingresso all'Acquario di Cattolica (fino alla fine dell'anno): è il più grande dell'Adriatico, con 400 specie presenti, fra pesci e altri abitanti dei mari, compresi pinguini e squali ([acquariodidicattolica.it](http://acquariodidicattolica.it), tel. 0541-8371).

## PER LE NEOMAMME

Ma Riccione Terme è molto di più: «Accanto alle cure termali tradizionali c'è l'Oasi Spa, il mondo delle acque, un'area dotata di piscine, docce, cromoterapia, per sperimentare quattro diversi percorsi termali sensoriali», precisa il direttore sanitario Mara Angela Mascherpa. «A chi è fresco di dieta dimagrante, o per le neomamme dopo l'allattamento, consigliamo quello tonificante: compatta la cute e il tessuto connettivo, grazie al grottino veneziano (un bagno di vapore con acqua solfurea, salsobromoiodica, a 40 °C e con il 100% di umidità, per dilatare i pori e pulire a fondo la pelle), all'idromassaggio in acqua termale, alla ginnastica in acqua e al massaggio finale. Il percorso rilassante, invece, è indicato per chi vuole svagare la mente ed eliminare tensioni e tossine: si comincia con un percorso vascolare Kneipp con l'aggiunta di ozono, che migliora l'ossigenazione della pelle. Poi si passa a bagni e idromassaggi a diverse temperature nelle piscine termali, al sentiero emozionale



**ALLE TERME? TI PORTA IL SERVIZIO SANITARIO: TUTTI I CITTADINI HANNO IL DIRITTO DI SEGUIRE UNA VOLTA ALL'ANNO UN CICLO DI CURE TERMALI, PAGANDO IL TICKET. BASTA PRESENTARSI MUNITI DI TESSERINO SANITARIO PRESSO LO STABILIMENTO CON L'IMPEGNATIVA DEL MEDICO CURANTE O DELLO SPECIALISTA CONVENZIONATO. I COSTI? MASSIMO 50 €**



Tips

con docce e nebulizzazioni calde e fredde, cromo e aromaterapia, all'arcobaleno dei sensi che abbina getti d'acqua drenanti a piogge e giochi di luci rilassanti. Termina tutto nella sorgente dell'Io, con cascata termale, ciottoli di fiume per il massaggio plantare e grottino pompeiano: una sauna dove le proprietà disintossicanti del calore secco sono arricchite da quelle miorelaxanti degli infrarossi». Costa 35 €, più il prezzo dell'eventuale massaggio prescelto.

## PER CHI VUOLE RIGENERARSI

Accanto ai "classici" trattamenti termali, troviamo proposte di remise in forme ad hoc. Per l'autunno-inverno è consigliato il pacchetto seta, sia per il viso, sia per il cor-

po. Il primo costa 99 € e comprende pulizia della pelle, *effleurage* (un massaggio delicato, quasi uno sfioramento) alle vitamine, acido ialuronico e biofenoli d'oliva, antiage e antiossidanti. Quello per il corpo consiste in un peeling ai cristalli di sale, latte d'asina, gocce d'acqua termale e burro di karité (dalle proprietà antiossidanti e rigeneranti). Costa 77 €. Entrambi i pacchetti si completano con un ingresso al percorso termale sensoriale. Se poi vogliamo dormire in zona, le Terme sono convenzionate con gli hotel a quattro stelle della città: fino al 19 dicembre per una notte si parte da 110 € in mezza pensione, compreso uno dei due trattamenti (info: tel. 0541-602201, [riccioneterme.it](http://riccioneterme.it)).

## COCCOLE PER DUE

Le terme di Riccione sono un luogo di fuga perfetto anche per le coppie. Da provare, in due, il pacchetto "Puro benessere", 80 minuti di relax: peeling al sale e acqua termale, massaggio energetico al viso (per lei) e idromassaggio termale tonificante (per lui), più massaggio aromatico rilassante per il corpo (215 € a coppia). Per le coppie più romantiche, invece, l'ideale è la proposta "Ancora... 2 cuori", con massaggi a lume di candela e due ingressi al centro termale sensoriale (135 € a coppia). Infine, per i più esigenti, "Emozioni romantiche", dove gli idromassaggi termali agli estratti vegetali sono personalizzati in base alle esigenze dell'ospite (dal rilassante allo slim) e il massaggio viene fatto con sinergie di oli essenziali. Tutto, ancora una volta, a lume di candela (145 € a coppia).