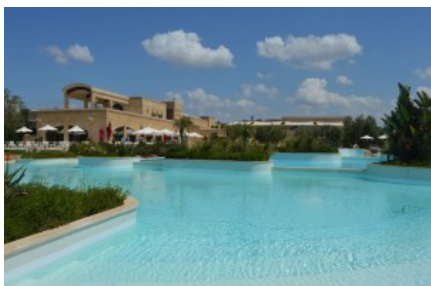


Il programma antistress dell'Iberohotel Apulia

Brunella Marcelli



Ritrovare se stessi in un luogo da sogno. Immergersi nel proprio tempo interno. Ma per vivere un'esperienza globale di riappropriazione dei propri ritmi era necessario un ambito perfetto, dove il contesto naturale, le architetture e il cibo, cooperassero per recuperare il "senso". Questo "locus amenus" è l'Iberohotel Apulia. Situato all'interno del Parco naturale dell'Ugento, l'eco-resort costruito

in pietra leccese dura, rappresenta un perfetto esempio di bioarchitettura rispettoso del paesaggio e dei parametri ecologici, quali il riutilizzo delle acque reflue, l'azzeramento dell'uso delle plastiche, la riduzione di immissione di anidride carbonica nell'aria, la raccolta differenziata. Parametri che gli hanno permesso di conquistare il titolo di Campione ambientale Tui (Tui Umwelt Champion) e Gold TravelLife Award.

Le camere affacciate su corti sono allietate da piante e giardini. Di grande impatto visivo è inoltre il parco piscine, riscaldato e quindi fruibile anche in bassa stagione. Un parco acquatico questo, corredato da getti idromassaggio e scivoli nelle aree per i più piccoli.

E in un luogo come questo non poteva mancare la SPA, completa di sauna, biosauna, bagno turco e docce emozionali, oltre ai numerosi trattamenti benessere proposti.

La straordinarietà del resort viene amplificata dalla sua collocazione. Superando la pineta e le dune di macchia mediterranea c'è il mare. La passeggiata che ti porta sulla spiaggia è essa stessa un percorso emozionale. Nel silenzio e nella quiete della pineta si percepiscono profumi, cinguettii di uccelli e lo sciabordio delle onde in avvicinamento. Ed è in tutto che questo che si può assaporare la meraviglia, come un tornare indietro nel tempo, prima che la cementificazione rovinasse oasi ecologiche tanto armoniose.

Per tutti questi motivi, Iberohotel Apulia aveva le caratteristiche giuste per divenire la sede dell'Antistress Accademy guidata da Simon Elliot, con la consulenza del dottor Mirco Turco.

L'idea progettuale denominata Unique Antistress Quality è lanciare un Sistema di Certificazione in materia antistress, un nuovo brand indirizzato al singolo, al gruppo e alle aziende e inteso come sistema unificato di informazione, formazione e "buone prassi" in materia antistress e benessere.

L'approccio è a 360° perché nel team, oltre a coach Antistress e Mindfulness, sono presenti anche maestri yoga, tai chi e qi gong. In un approccio olistico, che considera il rapporto mente-corpo nella sua armonia, non poteva mancare l'attenzione al cibo, attraverso la presenza di una Food Therapy Consultant (Paola Di Giambattista) perché noi siamo quello che mangiamo. D'altro canto l'attenzione alla qualità del cibo con prodotti a km zero e la varietà dell'offerta è, come dire, "la ciliegina sulla torta" di un luogo che sembra il paradiso.



Info:

www.iberotelapulia.com

VIDEO RACCONTI



Sapori di Carinzia



La Carinzia a tavola

ARTICOLI CORRELATI

Nessun articolo correlato.

FOTO RACCONTI



[Tirolo Orientale: la ciclabile della Drava](#)

[Tirolo Orientale: il profumo dei cembri](#)



[Epiro segreto](#)

Le mostre fotografiche di
TERRE D'EUROPA

"La Carinzia apparecchia la nostra tavola"

Verona, Sala Birolli
22-28 Settembre 2016

LIBRI DI TERRE D'EUROPA

CARINZIA FELICE

ACQUISTA ONLINE Collana TERRE D'EUROPA

IL RACCONTO DI
SALISBURGO

ACQUISTA ONLINE Collana TERRE D'EUROPA

SVIZZERA IN TRENO

ACQUISTA ONLINE Collana TERRE D'EUROPA

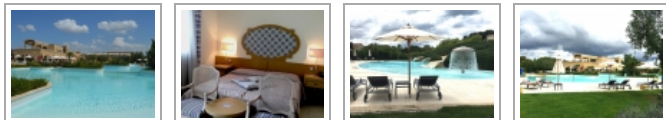
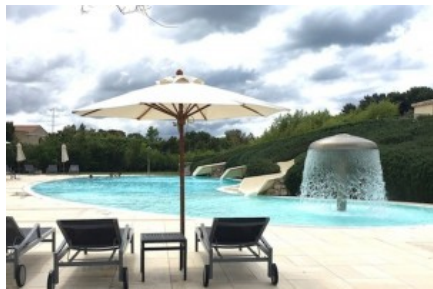
ZURIGO È

ACQUISTA ONLINE Collana TERRE D'EUROPA

JOLI CANTON
La regione del lago di Ginevra

ACQUISTA ONLINE Collana TERRE D'EUROPA

info@iberotelapulia.com



Publicato il: 01-07-2016

Categorie: [News](#) | Tag:

Riproduzione riservata © Copyright TidPress per Terre d'Europa.



[In Val Pusteria \(e dintorni\)](#)



[Nei parchi e sui laghi della capitale romana](#)



[Zurigo, un tuffo nel lago](#)

TAG

[Agriturismi](#) [Alsazia](#)

[Austria](#) [Austria per l'Italia Hotels](#) [Baden](#) [Basilea](#) [Baviera](#) [Belgio](#) [Bruxelles](#) [Bucarest](#) [Campania](#)

[Carinzia](#) [Collana](#) [Terre d'Europa](#) [Costa Azzurra](#) [Croazia](#) [Engadina](#) [Expo Milano](#)

2015 [Francia](#) [Friuli](#)

[Venezia](#) [Giulia](#) [Germania](#)

[Grecia](#) [Hotel](#) [Lugano](#) [Marche](#)

[Mostre](#) [Parigi](#) [Polonia](#)

[Provenza](#) [Puglia](#)

[Repubblica Ceca](#)

[Romania](#) [Salisburghese](#)

[Salisburgo](#) [Slovenia](#)

[Svizzera](#) [Ticino](#)

[Tirolo Orientale](#) [Treni](#) [Trento](#)

[Valle d'Aosta](#) [Vallonia](#) [Vaud](#)

[Vienna](#) [Vini](#) [Zurigo](#)

