i viaggi di VERACLASSE

Aquardens, le terme di Verona dove trascorrere un day Spa

Aquardens si trova alle porte di Verona ed è il parco termale più grande d'Italia. Luogo ideale per chi ama le terme, vuole trascorrere un day Spa, rilassarsi ma anche divertirsi. Perchè le Terme di Verona offrono davvero di tutto, piscine interne ed esterne, Spa con massaggi di ogni tipo e diversi trattamenti viso corpo, ed una zona saune d'eccellenza che davvero vi stupirà.

Il **Veneto** è una regione molto apprezzata per le sue importanti città d'arte, facilmente raggiungibili dai suoi **numerosi centri termali**. Aquardens, il grande parco termale alle porte di **Verona**, propone un **approccio innovativo, esperienziale e gioioso** al mondo delle **terme**, in grado di rispondere alle diverse esigenze di chi vuole trascorrere qualche ora o una giornata intera (anche fino a notte fonda!) in una grande Spa dalle mille sorprese.

Dalle **private Spa**, ai **massaggi di coppia**, alle **grotte di sale**, ai **rituali di benessere in sauna con l'aufguss**. L'importante è rilassarsi in un ambiente benefico come quello delle acque termali e divertirsi. Con i suoi **8000 mc di acqua termale, 5.200 mq di vasche e con una superficie totale di 110mila mq**, Aquardens è il centro termale più grande d'Italia e il secondo d'Europa. Quindi aspettatevi di trovare proprio tutto quello che desiderate!

Dove si trovano le terme di Aquardens?

Le terme di Aquardens sono a **Pescantina**, il paese noto per la coltivazione delle pesche alle porte di Verona, motivo per cui sono chiamate anche "**le terme di Verona**". Uno stabilimento circondato dal paesaggio collinare della **Valpolicella**, con un'area saune tra le più complete in Italia, oltre ad una varietà di lagune, grotte, cascate e giochi d'acqua. Aperto 7 giorni su 7 tutto l'anno, con percorsi benessere e spazi di intrattenimento, il parco termale ti accoglie all'ingresso con una laguna di **acqua salso-bromo-iodica** che sgorga pura direttamente dalla fonte a una temperatura 47°, **il cui calore avvolgente si combina alle proprietà terapeutiche di un'acqua ricca di minerali**.

Le piscine termali

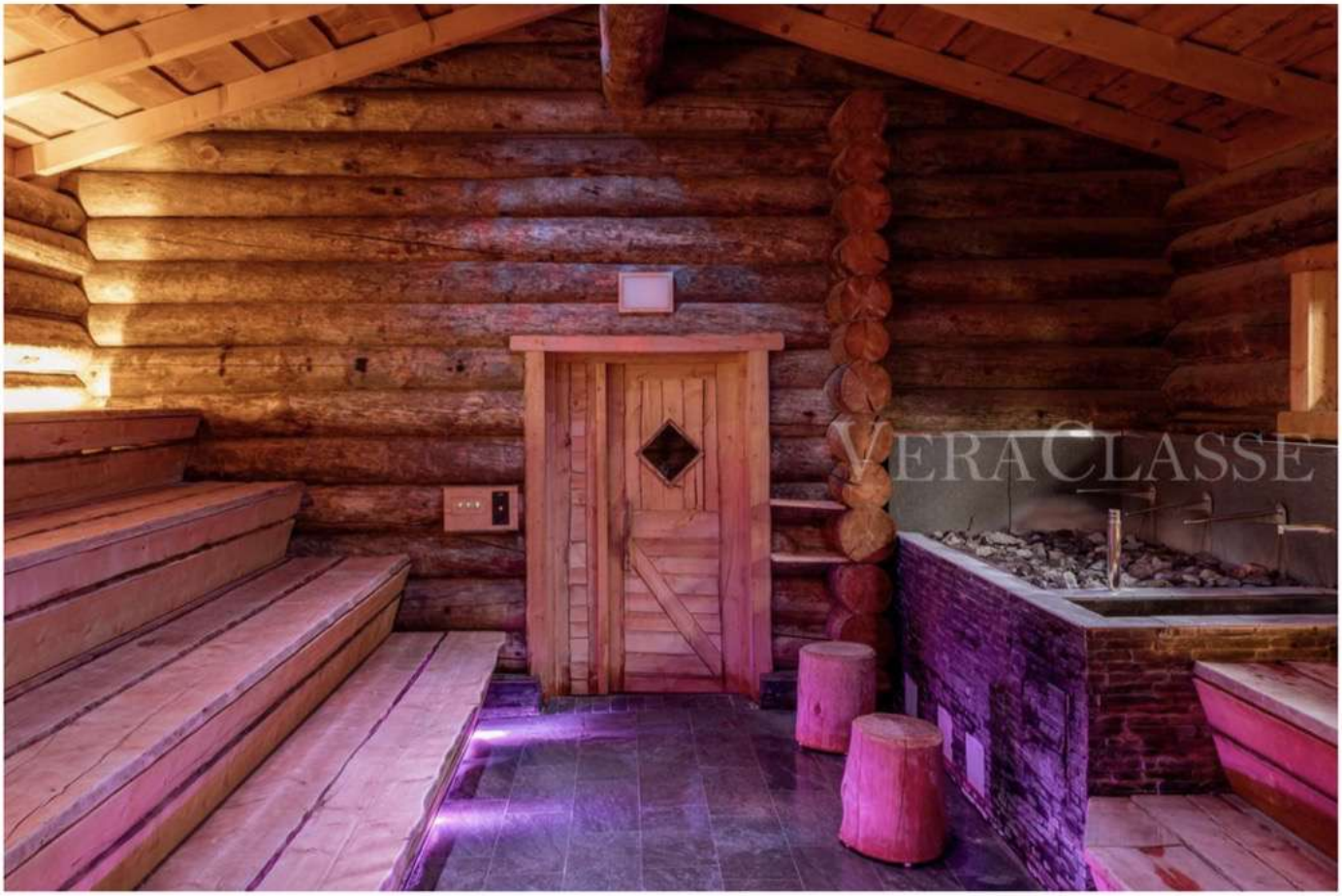
L**'area termale** è il cuore di Aquardens con le sue **14 vasche esterne ed interne** dove godere il piacevole tepore di un**'acqua ipertermale** che con una temperatura nelle **piscine interne e esterne tra i 34° e i 40°**.Passeggiando o nuotando tra vasche di profondità diverse si possono alternare gli effetti benefici dell'acqua termale ai getti tonificanti delle cascate, degli idromassaggi e del *River*, un fiume artificiale da cui farsi trasportare dolcemente oppure da percorre controcorrente per assaporare i benefici dell'azione tonificante.

5 percorsi benessere

All'interno del Parco si possono percorrere 5 diversi percorsi benessere: **Soft, Tonic, Detox, Beauty, Sauna,** suggeriti dal medico termale e da scegliere in base alle proprie esigenze. Avvolti da una delicata luce azzurra, l'**acqua salso-bromo-iodica** esprime tutti i suoi benefici grazie ai sali minerali quali cloruro di sodio, bromo, iodio, calcio, magnesio e ferro. La cura di se stessi prosegue anche nel **Percorso Kneipp**, in cui l'alternanza di vasche di acqua fredda a 19° e calda a 36° favoriscono la tonificazione e la circolazione sanguigna. Aquardens propone anche percorsi di **musicoterapia** e **cromoterapia** nelle vasche e nelle grotte, dove l'armonia di suoni e colori diventano protagonisti mentre si è immersi in vasche termali.

Diversi tipi di sauna

Per chi ama le saune, qui se ne trovano di tutti i tipi. Questa è una delle aree più interessanti ed emozionanti di Aquardens. Il Sauna Village è uno spazio esclusivo tra i più grandi in Italia, in cui sono presenti **tre diverse grandi saune tematiche (da 60 a 120 posti) e un bagno turco dedicato anche, per le sue ampie dimensioni, ai rituali di gruppo**, ispirate alle più significative tradizioni saunistiche internazionali. La **Sauna Celtica**, di stampo finlandese, si caratterizza per la sua struttura in legno di abete rosso e per un caldo secco a una temperatura di 90°, mentre la **Sauna Contemporanea** è caratterizzata dalla sua ampia finestra sulle suggestive colline della Valpolicella. Diversa ambientazione è quella della **Banya Russa** grazie al Kelo, un legno il cui profumo viene diffuso nell'aria grazie alla temperatura di 65-70° che viene mantenuta all'interno della cabina e con un'umidità più alta rispetto alla classica sauna finlandese.



Il percorso saunistico si conclude con il rituale tonificante della **Botte Scandinava o delle Cascate Siberiane**, in cui immergersi per riattivare in modo efficace la circolazione nonché con un'immancabile momento di benessere, accoccolati su divani e lettini, nella **Bellavista Relax** con la sua vista spettacolare sulle colline della Valpolicella.

i viaggi di VERACLASSE

Il rituale dell'Aufguss

Aquardens è diventata il punto di riferimento nazionale dove si formano i maestri dell'Aufguss. Cos'è l'aufguss? si tratta di un rituale con getti di aria calda generati facendo ruotare l'asciugamano, diffuso nei paesi nordici che sta avendo molto successo anche nel nostro Paese.

All'interno delle grandi saune si susseguono quotidianamente **diversi tipi di rituali** (rilassanti, energetici e romantici), l'**Aufguss** praticata da Aufgussmeister (maestri di sauna) specializzati che, con movimenti ritmici dei teli e accompagnati dalla musica, dirigono verso gli ospiti i vapori caldi degli oli essenziali naturali scaldati dai bracieri. Il rituale dell'augfuss , come da tradizione, prevede che sopra i carboni vengano disposte sfere di ghiaccio aromatizzato con oli essenziali che, grazie al movimento dei *Aufgussmeister* aromatizzano gli spazi portando benefici come il rilassamento muscolare, la stimolazione del sistema linfatico e l'eliminazione delle tossine.

La Spa Lounge

La Spa Lounge è dedicata al **Percorso Romano Irlandese** che mira ad un rilassamento ed equilibrio psico-fisico attraverso rituali e trattamenti che si prendono cura della persona a 360°. Il Percorso Romano è adatto per chi vuole rilassare la muscolatura, rafforzare il sistema immunitario, purificare la pelle e rilassare il corpo, con un beneficio di longevità, rivivendo il fascino di antiche tradizioni europee.

Il **Bagno Mediterraneo** è simile alla sauna, ma il calore arriva non solo dalla stufa centrale ma anche dalle pareti con una distensione progressiva della muscolatura. A questa immersione in vari stadi di calore, l'apice viene raggiunto nella classica **Sauna finlandese** che si conclude con un rinvigorente e rivitalizzante passaggio nella **Cascata Ghiacciata** dove ricoprire il proprio corpo di ghiaccio tritato e, infine, completare il rilassamento nella **Stanza del Sale e nell'area relax su piacevoli lettini di sabbia riscaldati.**

Massaggi, trattamenti e rituali

Aquardens propone un'ampia gamma di trattamenti viso e corpo realizzati in un'area dedicata con nove cabine e **due *private suites***.

I trattamenti e rituali proposti prevedono l'utilizzo di tecniche di massaggio professionali dove i movimenti ritmici e armoniosi sono accompagnati dall'utilizzo di oli essenziali, che aiutano corpo e mente a rilassarsi. Tra i massaggi più emozionali troviamo il **massaggio Hawaiano Lomi Lomi che si** caratterizza per l'utilizzo degli avambracci e delle mani in modo da aiutare a distendere le tensioni, e, per le note aromatiche degli oli essenziali, il **Californiano** che insieme ad un'azione dolce sul corpo che riesce a regalare un rilassamento totale.

Le private suites e i trattamenti di coppia

Per chi vuole dello spazio riservato tutto per sè si può prenotare una ***private suite.*** Le private suites sono due: Aria&Terra e Acqua&Fuoco, dove regalarsi due ore speciali in coppia. Pensate per vivere un'esperienza di relax e benessere più intima, le due suites si differenziano tra loro sia nella struttura sia nei servizi offerti nei pacchetti di coppia.

Concerti e dj set a bordo vasca

La sera lo stabilimento offre buona musica e cocktail. Immersi nell'acqua termale si può godere dal vivo **concerti e dj set organizzati a bordo vasca**, nell'ampio spazio all'aperto. Circondati dalle cascate o negli idromassaggi è possibile seguire concerti di classica, jazz, contemporanea e musica cantautorale.

Quanto costa l'ingresso a Aquardens?

Per gli orari di apertura, informazioni sui biglietti di ingresso e prenotare dei trattamenti, consultare il sito ufficiale **https://www.aquardens.it/it**