



La nuova vasca ai Bagni Vecchi QC Terme di Bormio. A sinistra, vista panoramica della struttura. Sotto, l'entrata ai Bagni Nuovi.

## UN TUFFO tra i monti

A Bormio, in provincia di Sondrio, ci sono una vasca panoramica scavata nella roccia e un centro dove i trattamenti detox sono su misura. *Grazia* vi porta alla scoperta di queste due spa da non perdere *DI Monica Agostini DA Bormio (Sondrio)*

**U**scire da Milano con destinazione QC Terme Bagni di Bormio, vicino a Sondrio, è il modo migliore per sopravvivere a una giornata assolata di luglio. Il motivo è la riapertura della vasca panoramica, ai Bagni Vecchi: la struttura è scavata nella roccia, l'acqua sgorga a filo delle pietre. È un po' come stare in quelle piscine con vista sulla metropoli, a Hong Kong per esempio, ma circondati da alberi e da una natura mozzafiato. Ci entrerebbero 50 persone, mi spiegano, ma noi di *Grazia* abbiamo la fortuna di testarla da soli, senza nessuno intorno. Ci sono silenzio e una leggera brezza, un po' si nuota, ma non si può fare a meno di guardare la valle. Scopro che le fonti termali, qui, hanno azione antistress, tonificante e antinfiammatoria, mentre microparticelle di fanghi naturali (sembrano piccolissime alghe trasparenti) hanno un effetto peeling, ovvero esfoliano con delicatezza la pelle lasciandola vellutata. Inoltre, i romani, che di terme e "salus per aquam" (da cui la sigla spa) ne sapevano, già frequentavano queste zone dal primo secolo a.C. Sono rimaste due vasche, tutt'ora utilizzate, a testimoniare questo passaggio. Accanto, c'è un altro frammento di storia: la Grotta Sudatoria di San Martino è stata scavata a inizio Ottocento ed è un bagno turco naturale dove detossinarsi grazie all'alta temperatura (dai 37 ai 43 gradi). Oltre al vapore, ci si può immergere in quest'acqua ancora più pura, in modo che i benefici siano potenziati. Il giorno successivo ci si sposta in un'altra struttura del comprensorio, i Bagni Nuovi, a un paio di chilometri di distanza. La sorpresa si rinnova anche qui:

il palazzo che ospita albergo e spa è in stile Liberty, i colori pastello della facciata evocano il film *Grand Budapest Hotel* di Wes Anderson conservando gli echi della Belle Époque. All'esterno, un tempo c'era un grande orto e gli animali diretti all'alpeggio si abbeveravano qui (tuttora potrebbero fermarsi in una vasca a loro destinata, raccontano). Ci si muove tra uno spazio dedicato ai fanghi, una sauna e sette vasche perché questo è il più grande parco termale all'aperto in Europa. Io rimango attratta dalla vasca di Venere: la temperatura è calda al punto giusto, la vista distende la mente. Poi, dopo aver provato le piscine all'aria aperta, passo a bagni turchi e a vasche di calore. Non è finita: ho la possibilità di sottopormi a un trattamento di QC Terme, scelgo il *Tailor Made*. Mi incuriosisce capire che cosa sia "su misura" nell'ambito estetico. Lo scopro subito. Decido l'olio con il quale essere massaggiata (mandorla o arnica) o burri di karité e monoi, in alternativa. Vada per la mandorla, nutriente ed elasticizzante. Si prosegue con la musica da ascoltare («Finalmente, non capita mai», penso): tra chill out, pop e classica, opto per quest'ultima. Infine, definisco con la terapeuta l'intensità del massaggio, tra rilassante e tradizionale: quest'ultimo è più vigoroso, lo preferisco. Si sciolgono le tensioni muscolari su polpacci e schiena, viene applicata una maschera reidratante al viso e si chiude il trattamento con uno scrub distensivo ai piedi. In questi 50 minuti mi sono rilassata. Quando esco, inizio a pensare al prossimo fine settimana in cui replicare gli stessi benefici. ■