



CLASS
Dicembre 2008



In alto, la splendida vista che domina sul Duomo del solarium della palestra preferita dai vip, la Downtown di Piazza Diaz 6. Sempre Downtown ha anche una seconda sede in piazza Cavour. A destra, un particolare delle Terme Milano, struttura dal raffinato stile liberty in Piazza Medaglie d'Oro.

drea 15, telefono 02.76017526), un centro che vuol essere un luogo di sensorialità ritrovata: quasi un buen retiro all'interno del Quadrilatero della moda. L'istituto propone un concetto di benessere a 360 gradi che raccoglie filosofia olistica e tecniche di varia origine.

Per recuperare la forma fisica tra le palestre più gettonate dall'upper class milanese e dai vip è il Downtown (piazza Diaz 6, telefono 02.8631181; piazza Cavour 2, telefono 02.76011485) che unisce fitness e beauty con una spa dedicata.

O, ancora, il Club 10 Fitness & Beauty Center (piazza della Repubblica 17, tel 02.6230.4024) situato al decimo piano dell'Hotel Principe di Savoia. Uno spazio di mille metri quadrati con spa pensata anche per i businessmen di passaggio in grado di offrire anche programmi speciali anti-jet lag.

Da provare anche i percorsi rigeneranti, dai mas-

FUGA DALLO STRESS ALLE TERME MILANO

In una location di grande fascino architettonico, le Terme Milano (piazza Medaglie d'Oro 2, tel. 02.55199367) offrono un rifugio alla frenesia della vita cittadina. Il raffinato stile Liberty esalta l'eleganza della struttura e gli ampi spazi che convivono armoniosamente con le più moderne tecnologie. Il percorso benessere comprende oltre 30 diverse possibilità: vasche idromassaggio a intensità differenziata, vasche cromoterapiche, idrogetti energizzanti, cascate tonificanti, lettini termali, percorso Kneipp, saune e biosauna, bagno turco aromatizzato, area fanghi.



LE PALESTRE OFFRONO TRATTAMENTI SPECIALI: ANCHE ANTI - JET LAG

saggi al cioccolato con degustazione, o ayurveda, shiatzu, pita sweda, i pacchetti gastronomici terme con frutta esotica o trattamenti anti-aging alla Glamin Dayspa (viale Regina Margherita 4, 02.54107921): 300 metri quadrati molto eleganti.

Dulcis in fundo il Mani & Piedi Nail Spa (corso Vercelli 7, tel. 02.4691451), un centro in stile orientale che offre trattamenti personalizzati esclusivamente per la cura di mani e piedi. Molto apprezzato anche dal pubblico maschile (soprattutto quello sportivo).

