



Terme per un giorno anche al **Glamin**, una Day Spa appena aperta in città, dove si spazia dalla rivitalizzazione ai fanghi tonificanti. Magie orientali e autentico



Sopra: dolcetti e tè alla menta per le ospiti dell'Hamman della Rosa. In basso: alla Day Spa Glamin.

hammam e altri piaceri

Quella del benessere è diventata una vera e propria mania a Milano. I centri fitness, gli istituti di bellezza, i club per la cura del corpo sono ormai numerosi. Ma la parte del leone la fanno le Day Spa e gli Hammam.

L'**Hamman della Rosa**, il primo bagno turco per signore aperto nel 2002, ha riscosso un successo strepitoso. Fra divani marocchini, tappeti berberi, tavolini in ferro battuto, marmi e mosaici, dolcetti arabi e tè alla menta, si passa via via dal tepidarium (una sala calda e un po' umida che offre panche in marmo riscaldate) ai vapori profumati di essenze orientali del caldarium, agli effetti tonificanti del frigidarium. E intanto s'intrecciano pigre chiacchiere, come se fuori da quel lembo di paradiso non ci fossero il

traffico impazzito e la vita caotica di tutti i giorni.

Si fa la fila anche nelle Day Spa, ovvero le terme per un giorno. Come quella aperta dalla palestra Down Town, l'**Oasi**, in pieno centro e frequentatissima da vip e da modelle. Ma la fantasia degli operatori non ha limiti.

Basta andare al **Navigi Beauty Center**, a pochi metri dalla Darsena, dove si fanno "crociere a tema" sul lettino automatizzato. Una di queste prevede un viaggio benefico tra i mitici fanghi del Mar Morto, che rassodano pure i corpi più provati. E ancora, l'**H2O Club**, dove si possono seguire nientemeno che corsi di salsa e balli caraibici in acqua termale. Bagni di luce e pietre calde si trovano poi, fra bagni aromatici e massaggi, al **Riza Day** dello "Spazio Riza".

Terme per un giorno anche al **Glamin**, una Day Spa appena aperta in città, dove si spazia dalla rivitalizzazione ai fanghi tonificanti. Magie orientali e autentico massaggio thailandese si gustano invece al **Centro Siam**.

E da **Legnani** si può reperire quanto serve per l'idromassaggio al lambrusco. Qui si pratica la vinoterapia, un toccasana che ha fatto letteralmente impazzire molti clienti.



eMaggio 155