



Benessere alle Terme Merano. Il **caratteristico cubo di vetro e acciaio**, da sempre **immagine simbolo delle Terme Merano**, fa bella mostra nel panorama meranese. **Maestoso e al tempo stesso leggero**. **L'avveniristica architettura** che ha reso famose le Terme regala un **gioco armonioso di linee e trasparenze**.



Al suo interno sono custoditi i "tesori" delle Terme Merano. La sala bagnanti, l'area sauna e le numerose sale relax, il centro medico e MySpa, il centro fitness e il Bistro. All'esterno, l'esclusiva terrazza panoramica Sun Deck con il Roof Whirpool regala una vista sulle piscine e sul parco curato di oltre 5 ettari. **Terme Merano, un'oasi di salute e benessere nel cuore della città**.



## **Acqua termale, fonte di benessere alle Terme Merano**

Fin dai tempi di Sissi, **Merano** è nota meta di villeggiatura scelta come **città di cura**, per il suo clima mite e l'aria salutare. L'apertura delle **Terme Merano** ha cambiato il profilo da **stazione climatica a località termale**, valorizzando quella **vocazione alla salute e al benessere** che da sempre contraddistingue Merano.



L'acqua piovana penetra le rocce granitiche di San Vigilio arricchendosi di radon, fluoro e metalli rari; attraversa una galleria per 1200 m di lunghezza, a una quota di 1500 metri circa s.l.m.. Dopo un dislivello di 1223 metri, **quando il prezioso liquido raggiunge le Terme Merano è diventato acqua termale**. Un'acqua indicata in caso di affezioni croniche delle vie respiratorie, disturbi reumatici ed articolari. A disposizione degli ospiti sia le **inalazioni**, a getto di vapore, aerosol o doccia nasale micronizzata, sia i **bagni termali in vasca singola**.

Le cure inalatorie si possono effettuare in convenzione con il Servizio Sanitario Nazionale.



**Inalazioni termali nel centro medico**

## **Tuffo nel benessere alle Terme Merano**

Dalla vasca fitness a quella con idromassaggio, dal bagno sorgivo ai tonificanti whirlpools. E ancora la piscina per il nuoto controcorrente e quella con acqua salina, fino alle vasche per i bambini. Piscine con acqua calda e fredda, percorso termale Kneipp e piscina sportiva che confluisce nel laghetto esterno delle ninfee. **Sono ben 25 le piscine**, di cui 15 aperte tutto l'anno e 10 aperte da metà maggio a metà settembre. In totale 2000 metri quadrati di superficie a disposizione degli ospiti delle Terme Merano.

Dal **cubo di vetro**, che costituisce uno dei corpi principali del complesso termale, si può sempre godere lo splendido scenario naturale, mediterraneo e alpino insieme, che caratterizza la città di Merano.



## La sala bagnanti

Affacciate alla sala bagnanti, quasi fossero **nidi sospesi a mezz'aria** al di sopra delle piscine, si trovano le **4 Pool Suite**. Si tratta di ambienti esclusivi e di lusso pensati per 2 o 3 persone. Al loro interno si trovano: **lettino ad acqua, idromassaggio e bagno turco**, doccia e toilette. E ancora borsa delle Terme con accappatoio, asciugamani, ciabatte, kit di cortesia con prodotti della nuova linea cosmetica. Acqua e **frutta fresca**, una **bottiglia di spumante dell'Alto Adige**, un sale da bagno, un peeling e un impacco da utilizzare nel bagno turco. Sono questi gli ingredienti del benessere che promettono momenti di autentico relax. Ispirate ai prodotti altoatesini, si chiamano: **Apple Suite, Honey Suite, Grape Suite e Herb Suite**. Sono prenotabili per 3 ore o per tutto il giorno, a seconda del pacchetto scelto.



## Una delle Pool Suite

# Dalle saune alla neve

A riscaldare ancor più gli ambienti dell'area saune delle Terme Merano c'è il calore del legno, usato sia nelle saune che nelle sale relax. L'ospite può scegliere tra **diverse tipologie di sauna**. Dal caldarium con inalazioni idrominerali da cui si sprigionano vapori di erbe e fiori, alla **sauna finlandese esterna**, una delle più grandi dell'Alto Adige. Fino al **bagno di vapore Trauttmansdorff** che gode di un ampio spazio, tale da permettere di ospitare la **stufa della sauna** e poter così fare normalmente anche le **gettate di vapore** con spezie e aromi diversi.



## La Sauna finlandese esterna

La **sauna al fieno biologico dell'Alto Adige** è caratterizzata dall'effetto calmante e rilassante del fieno, antinfiammatorio, benefico e rivitalizzante sull'organismo. Al suo interno si trovano 2 stufe per le gettate di vapore. Una speciale illuminazione può essere utilizzata per la **fototerapia**, mentre gli **oli essenziali del fieno** vengono assorbiti in maniera ottimale attraverso le vie respiratorie e la pelle.

Infine l'originale **Stanza della neve** è un ambiente luminoso e dal design moderno, con una panca in legno di abete antico. Accoglie i salutisti che si abbandonano alle **temperature glaciali, -10° C**, per raffreddare il corpo dopo la seduta in sauna. Il **freddo secco** infatti fa percepire una temperatura meno fredda di quella reale permettendo uno **sbalzo termico maggiore**. Da qui i **benefici per l'organismo**: stimolazione dei vasi sanguigni, rafforzamento del sistema immunitario, alleviamento del dolore, rilascio degli ormoni della felicità.



## La Stanza della neve

# MySpa, il "mio" benessere alle Terme Merano

Nella **MySpa** delle Terme Merano rivivono i trattamenti della tradizione, combinandosi a quelli di nuova generazione, innovativi e all'avanguardia. Il tutto declinato secondo tre temi: **Alto Adige, detox, personalizzazione**.

**Il legame con il territorio e la natura altoatesina non è**

certo una novità per le **Terme Merano**. Anzi da sempre il territorio contraddistingue l'offerta del gioiello meranese. Nella MySpa infatti **mela, uva, stella alpina, marmo, miele, siero di latte, fieno, erbe aromatiche**, tutto rigorosamente di provenienza altoatesina, diventano gli ingredienti del benessere.

A questo si aggiungono i **trattamenti disintossicanti**. Questi contribuiscono a depurare l'organismo e liberarlo dalle scorie, dovute ad esempio a un'alimentazione poco sana, allo stress o alle tossine ambientali. In questo modo si alleggerisce l'organismo, si stimola il metabolismo e infine si rinforza il sistema immunitario. Ne traggono inoltre vantaggio anche la pelle e il bilancio energetico, proprio come la mente e lo spirito.



### **Trattamenti nella MySpa**

Il tutto **personalizzato sull'ospite**. **Personale è l'ambiente, familiare**, cucito su misura, dove ognuno si sente a proprio agio. Ma ad essere **personalizzati sono soprattutto i trattamenti benessere**, modellati sulla persona e sulle sue esigenze. È così che si può ottenere il massimo risultato. Si consigliano certe tecniche piuttosto che altre, **si insiste dove c'è più bisogno** E ancora si utilizzano prodotti ed essenze a seconda del tipo di pelle e delle necessità.

Numerosi sono i trattamenti messi a disposizione dalla MySpa, individuali o di coppia e specifici per l'uomo.

Da provare anche la **linea cosmetica di Terme Merano** che combina natura altoatesina e acqua termale, legame con il territorio e tecniche all'avanguardia. Il risultato sta nell'**altissima qualità e provenienza certa dei prodotti esclusivi** completamente naturali ed efficaci.



**La linea cosmetica firmata Terme Merano**

## **Meditare davanti al fuoco**

Numerose sono le **sale relax** a disposizione degli ospiti. Distribuite su due livelli, ambienti **intimi e accoglienti** che assicurano molte postazioni di riposo in più, in un clima ancora più riservato e raccolto. **Legno e materiali naturali** contraddistinguono gli arredi. Materassini di ultima generazione e grandi cuscini amplificano il benessere, mentre **dettagli di pregio selezionati con cura** impreziosiscono l'ambiente. Le linee sono quelle che si ritrovano in tutto il complesso termale, **pulite ed essenziali**, moderne e intramontabili. Ruolo fondamentale è rivestito poi dalla **luce**, ben calibrata per illuminare nei punti giusti senza disturbare il riposo. I **corpi illuminanti circolari** sembrano richiamare le sfere e i cerchi della sala bagnanti.



**La nuova area relax**

Aree relax esclusive e di design, le **Fire Places** regalano agli ospiti una **piacevole sosta davanti al camino acceso**. Divanetti e poltroncine, cuscini e simpatici punti d'appoggio, particolari di charme e candele che si aggiungono alla fiamma del caminetto. In queste **innovative lounge** tutto è curato nei minimi dettagli. Sono ideali per una pausa da dedicare al riposo, ma volendo anche alla lettura e alla meditazione. Ma la caratteristica che più colpisce le Fire Places sono i colori. **Alle tinte tradizionali** che contraddistinguono tutti gli ambienti delle Terme, panna, beige e marron, si aggiungono delle **note di colore ocra e ottanio**, toni che, accordandosi

perfettamente tra loro, regalano leggerezza e spensieratezza. **Vetrate** che lasciano passare la luce e **piante rigogliose** delimitano il **Kneipp Garden**, una sorta di giardino d'inverno che mette a disposizione degli ospiti un percorso Kneipp, per il benessere di gambe e piedi.



## **Il Kneipp Garden**

# **Il Parco delle Terme Merano**

Con la bella stagione l'offerta termale è ancora più completa grazie al **parco delle Terme Merano**. Oltre cinque ettari di manto erboso curatissimo fanno da cornice alle **piscine esterne** di varia grandezza e tipologia. E poi sentieri, oasi relax alberate e aiuole fiorite colorano il panorama.

Tra tutte le vasche spicca la **maestosa piscina di 33 metri** che s'insinua all'interno di un laghetto, cuore del parco termale, coperto da profumate ninfee. Proprio qui si trova un angolo dedicato alle **tartarughe palustri**, abbandonate dai proprietari e successivamente accolte e accudite dalle Terme Merano. Un **percorso tematico** ne illustra la storia e alcune curiosità.



## **Il parco delle Terme Merano**

Tra le altre piscine, ci sono quella per il nuoto controcorrente e le vasche con acqua calda e fredda. E ancora la vasca Kneipp, il bagno di vapore immerso nella roccia, la cascata e le docce a fiotto. L'ambiente è ideale per lasciarsi andare alle emozioni, per sentire l'erba fresca stuzzicare i piedi nudi, per godersi il panorama del gruppo del Tessa.

Distribuite qua e là, in posizione defilata, si trovano le 8 **suggestive Relax Lounge**. Al loro interno un lettino per due persone, da affittare per mezza o per tutta la giornata **per un'esperienza di completo relax, a contatto con la natura altoatesina**.



## **Nella terrazza panoramica**

**Sospesi tra acqua e cielo**, tra le bolle dell'idromassaggio e la **magnifica vista sul parco** delle Terme Merano. È l'esperienza che si vive nel **Roof Whirpool**, un'ampia vasca con acqua calda posizionata nella **terrazza panoramica Sun Deck**. Tutt'intorno **lettini per il relax** e postazioni per dedicarsi all'abbronzatura, morbidi cuscini e piante che regalano un po' d'ombra.

La terrazza **Park Lounge** offre lettini per il relax all'aria aperta, ampi divani colorati con grandi cuscini, fiori e candele. Un'atmosfera suggestiva, con splendida vista sul parco, su piscine e montagne.

Il complesso, in prevalenza realizzato con **legno e vetro**, è perfettamente **integrato all'ambiente circostante** e rispecchia **lo stile moderno e il design** che contraddistinguono le Terme Merano.



**La terrazza panoramica Sun Deck**



# Sport e benessere alle Terme Merano

Non manca il centro **fitness** provvisto di attrezzature moderne e in grado di offrire un **variegato programma di corsi all'interno e all'aperto**. Jogging, cardiofitness, yoga, pilates, fisioterapia, acquagym, anche con personal trainer. **Leggerezza protagonista anche dei menù** serviti nel caffè di piazza Terme e nel Bistro Terme. Freschi ingredienti altoatesini, preparazioni che ne conservano le proprietà e combinazioni raffinate garantiscono il piacere gastronomico assicurando poche calorie e tanto gusto.



**Il centro Fitness delle Terme Merano**

## In vacanza a Merano

Terme Merano conta su **numerose strutture ricettive partner** che spaziano dagli hotel 4 stelle agli appartamenti ai camping all'agriturismo. Le proposte di soggiorno sono consultabili nel sito delle Terme Merano.



**Vista sulla città di Merano**

**Elena Cogo per Ufficio Stampa**

## **INFORMAZIONI**

[www.termemerano.it](http://www.termemerano.it)

## **ARTICOLI CORRELATI**

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/benessere-salute/natale-alle-terme-merano-in-alto-adige/>